



TÍTULO: APRENDER A ESTUDIAR

GUÍA DIDÁCTICA

JUSTIFICACIÓN

1. Características generales	3
2. Introducción.....	6
3. Aspectos curriculares	9

MANUAL PARA EL PROFESOR

4. Requerimientos de hardware y software	12
5. Mapa de la web	13
6. Objetivos, contenidos y actividades	
6.1. Objetivos	32
6.2. Contenidos	36
6.3. Actividades y recursos de evaluación	66
7. Bibliografía.....	67

GUIONES PARA EL ALUMNADO

8. Sugerencia de utilización	72
9. Unos guiones para explorar la web sistemáticamente	
APRENDER A ESTUDIAR I	74
APRENDER A ESTUDIAR II	75
APRENDER A ESTUDIAR III	76
APRENDER A ESTUDIAR IV	77
APRENDER A ESTUDIAR V	78
APRENDER A ESTUDIAR VI	79
APRENDER A ESTUDIAR: COMENTARIOS PARA EL PROFESOR	80

ANEXO: INFORME DE LA EXPERIMENTACIÓN DE ESTA WEB CON ALUMNADO 82



JUSTIFICACIÓN



1.-CARACTERÍSTICAS GENERALES

Resumen:

1. Es fácil de utilizar. Y a la vez extenso: tiene 21 apartados (papiros).
2. Puede ser utilizado tanto en el aula como en casa; tanto por el alumnado, como por los padres y el profesorado.
3. Ha sido experimentado con alumnos (*VER ANEXO A LA GUÍA*).
4. Como se sugiere en la convocatoria: fomenta los valores de igualdad, la convivencia y educa contra los estereotipos sexistas y discriminatorios. (De hecho, en el Apartado “Mejorar la lectura” se han elegido los 50 textos, expresamente orientados a este fin).
5. El refuerzo de las competencias lectoras figura entre los objetivos más importantes. Dos extensos apartados se dedican íntegramente a ello: “Técnicas de lectura” y “Mejorar la lectura”.
6. Aprovecha pedagógicamente todos los recursos que ofrece este medio tecnológico.
7. Se ofrece una versión con elevada “Accesibilidad”, además de la versión normal.
8. Ofrece multitud de actividades prácticas.
9. Es aplicable a todas las materias de currículo.

Este trabajo va **dirigido a alumnos/as de Secundaria y Bachillerato**. Aunque también puede ser de gran utilidad para último ciclo de Primaria y Universitarios

Trata sobre las Técnicas de estudio, entendidas de una manera amplia.

Está dirigido al estudiante. Para que lo utilice realmente. Por ello se ha procurado no abusar de terminología técnica pedagógica. Pero puede ser aprovechado por los padres y el profesorado.



Esta web es muy extensa: contiene 21 papiros (apartados). En estos papiros se ofrecen **más de 1000 consejos o trucos** y hay **más de 100 actividades prácticas**.

El autor es: Raúl Martínez, Profesor de Ciencias Naturales y Biología en E. Secundaria y Bachillerato con 18 años de experiencia, máster en informática educativa. El trabajo ha sido revisado por varios psicólogos.

Facilidad de uso: Esta página web no requiere ningún conocimiento informático previo por parte del profesorado y del alumnado. En todo momento se ha buscado que la utilización sea sencilla e intuitiva. Funciona con los ordenadores más baratos actuales del mercado.

Se han aprovechado pedagógicamente casi todos los recursos que nos ofrece este medio tecnológico: gran profusión de imágenes, animaciones, sonidos, textos, interactividad... Todo ello gracias a la novedosa tecnología Flash. Todas las animaciones han sido realizadas por el autor.

Es aplicable en todas las materias del currículo: El contenido de esta web trata de paliar el elevado índice de fracaso escolar que se cierne sobre nuestras aulas. Las técnicas de estudio casi siempre son una asignatura pendiente a pesar de los esfuerzos que realizamos los docentes y que realizan las Administraciones.

Actividades: La web plantea multitud de actividades repartidas entre los distintos apartados encaminadas al desarrollo de los objetivos, habilidades, actitudes y procedimientos correspondientes. Además, en cada PAPIRO hay un sencillo TEST de autoevaluación . Aunque ya existen en Internet algunas páginas web que tratan el tema de las técnicas de estudio, adolecen fuertemente de escasez de actividades prácticas. Además la presentación de aquellas páginas web es claramente en formato texto. ¿j Cómo queremos que alumnos/as que no estudian se lean un largo texto?!

En nuestro caso hemos recurrido a una dosificación de contenidos, al recurso a actividades prácticas y a una presentación claramente atractiva e interactiva.

La web ha sido experimentada con alumnos/as de Secundaria del colegio Villa de Móstoles, y en algunos otros colegios; así como en algún gabinete de psicología. A raíz de estas pruebas se han ido subsanando errores (técnicos y pedagógicos) que han ido surgiendo durante el proceso de elaboración de la página web. VER ANEXO DE ESTA GUIA.



Organización arborescente para favorecer el estudio: otro inconveniente de las webs que nos encontramos es el abuso de los hiperlinks o hiperenlaces que invitan a una navegación anárquica en la que en rara vez sabemos dónde estamos y que dificultan el estudio completo de un tema. Siempre acabamos saltando a otro tema sin profundizar. Para evitar esto, hemos organizado la web de una manera arborescente: se puede subir o bajar por los menús pero se evitan los saltos “de una rama a otra sin pasar por el tronco”.



2. INTRODUCCIÓN

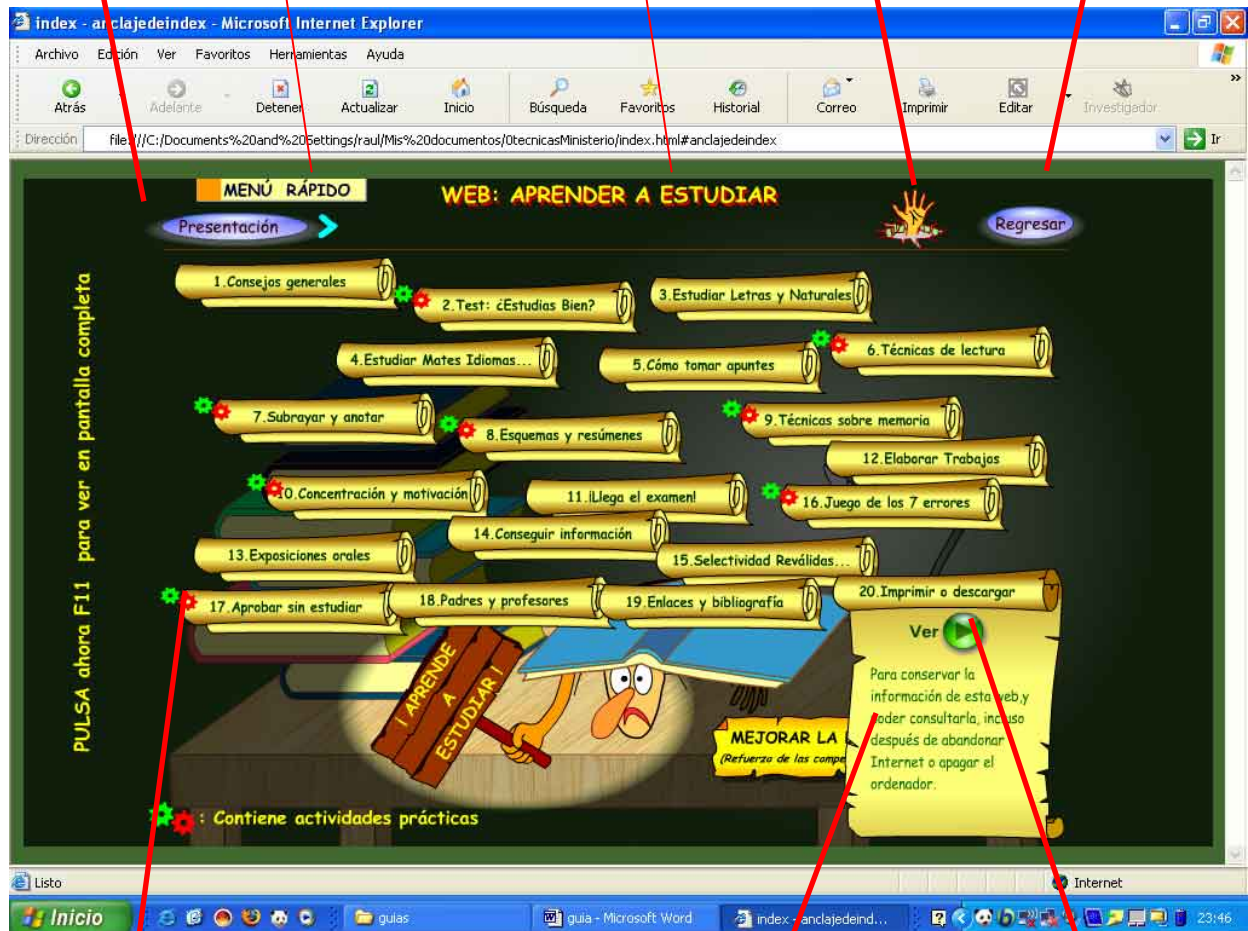
BARRA DE NAVEGACIÓN

TÍTULO

ICONO DE AYUDA

PARA VOLVER A LOS PAPIROS

MENÚ RÁPIDO DESPLEGABLE



PAPIRO DE CONTENIDO,
QUE TIENE ACTIVIADES
PRÁCTICAS

LOS PAPIROS SE
DESPLIEGAN AL
PASAR POR ELLOS

BOTÓN PARA
ACCEDER A LA
INFORMACIÓN DEL
PAPIRO



La web tiene una ayuda que



nos informa sobre cómo utilizar la página web.

Al pulsar aparece esta ventana:

Ayuda general de la web

cerrar ayuda

 Botones superiores para navegar por los menús.

 Para realizar acciones dentro de cada papiro.

 Papiro que contiene actividades prácticas.

Consejos

- * Recomiendo **empezar** con el primer papiro "CONSEJOS GENERALES".
- * Es mejor verlo todo más **grande**: pulsa **F11**: modo pantalla completa.
- * Tómalo con **calma**: hay unos **1000** consejos y unas **110** actividades prácticas.

Mis agradecimientos a todos los que probaron la web. raulprofe@raulprofe.com

Raúl Martínez. Profesor del Colegio Villa de Mástoles. 2003-2006

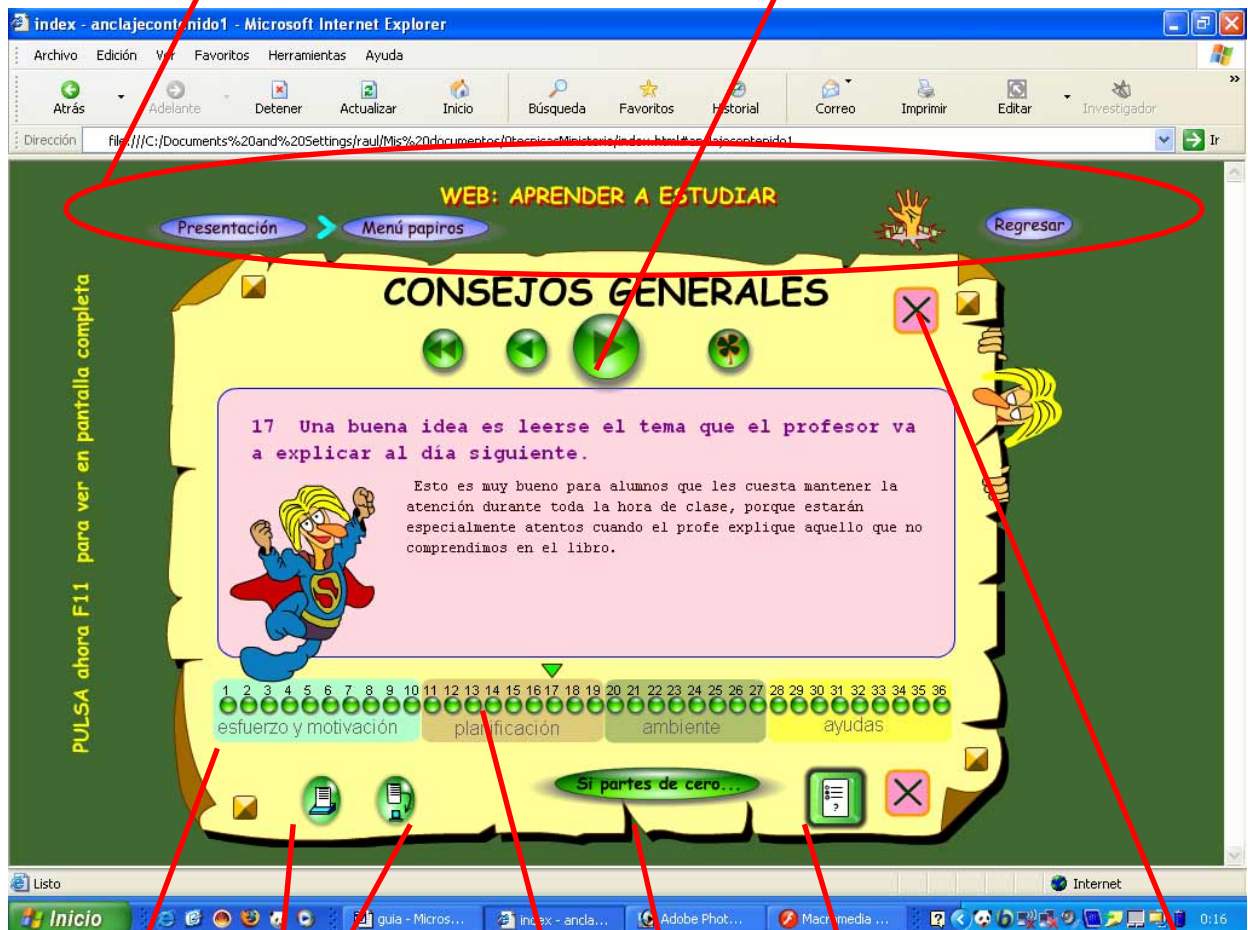


He aquí un ejemplo del desarrollo de un papiro con su correspondiente explicación:

Menú de navegación de la web:
te permite saber dónde estás en cada momento y volver atrás. También está la ayuda.

Botones verdes para moverse por el contenido.

El del trébol nos lleva a un contenido al azar.



Apartados del papiro.

Botones para imprimir, descargar papiro y descargar toda la web.

Botones para ir a un consejo concreto. El triángulo verde te dice en cuál estás.

Botón que te lleva a un test de autoevaluación.

Un apartado especial del papiro.

Botón que cierra el papiro y vuelve al papiro superior o al menú.



3.-VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO

Afirmamos que el trabajo que presentamos está ligado al currículo de todas la materias en general.

Tengamos en cuenta que 1 de cada 4 estudiantes de Secundaria no obtiene el título de graduado. Éstas son cifras realmente alarmantes.

Los currículos elaborados a la luz de las Leyes de Educación recogen que los estudiantes, además de conceptos y valores, deben adquirir las estrategias necesarias para hacer frente a los distintos tipos de conocimiento.

Si embargo, las técnicas de estudio o técnicas de trabajo intelectual siguen siendo una materia pendiente en general, en los centros de enseñanza y en particular, en cada materia.

Según Carles Monereo, profesor de psicología de la educación de la Universidad Autónoma: "Los estudiantes aprenden a subrayar, a hacer esquemas o mapas conceptuales, pero luego son incapaces de trasladar estas estrategias de aprendizaje a las diferentes áreas curriculares o de hacer un uso reflexivo de las distintas técnicas que han adquirido".

Aunque muchos alumnos/as conocen teóricamente la técnica de los esquemas, subrayado, etc, tienen dificultades para aplicarlas en materias concretas. Por ello hay autores como Elena Martín, profesora de psicología de la Universidad Autónoma de Madrid, que se muestran preocupados porque los nuevos currículos de Secundaria y de Bachillerato, no incluyen, entre los objetivos de las distintas materias, que los escolares adquieran los procedimientos de aprendizaje.



MANUAL PARA EL PROFESOR



4.-Requerimientos de hardware y software

- Funciona de forma fluida a partir de un **Pentium a 1,5 Gigahertz** o similar. Es decir inferior a los más baratos actuales del mercado. Aunque puede funcionar en equipos inferiores.
- Se han cuidado especialmente los tiempos de carga para que sea funcional en Internet. Prácticamente ningún archivo supera los 100 k y se han incluido preloaders para avisar de que los archivos se están cargando.
- Los **altavoces** y tarjeta de sonido aunque no necesarios, son útiles para captar ciertos efectos sonoros.
- Se ejecuta desde un **navegador** de Internet: está optimizado **para Internet Explorer 6 de Microsoft**. También funciona con **Mozilla firefox 1.5**.
- Es necesario tener instalado el complemento (**plug-in**) de Flash 8, el más reciente, en el navegador. De no ser así habrá que acudir a la página web de Macromedia y descargarlo gratis.
- El modo de pantalla óptimo es **1024x768** aunque puede funcionar en otros modos. Se recomienda pulsar **F11** en el navegador para ampliar el área útil de la pantalla.
- Se puede **ejecutar on-line** (de forma normal) **y off-line** (si se descargase en ordenador un archivo zip con todo el contenido de la web desde el papiro (apartado) Imprimir o descargar.
- Cada papiro (apartado) incluye un botón para poder imprimir la información de dicho papiro. Así como descargar esa misma información.



5.-MAPA DE LA WEB



PAPIRO CONSEJOS GENERALES

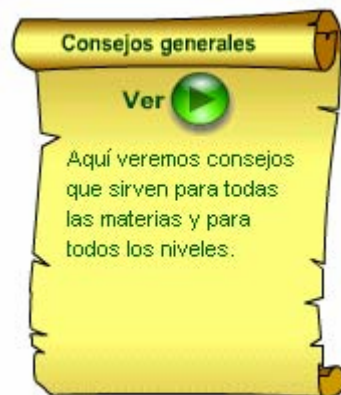
Si partes de cero...

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
esfuerzo y motivación

11 12 13 14 15 16 17 18 19
planificación

20 21 22 23 24 25 26 27
ambiente

28 29 30 31 32 33 34 35 36
ayudas



Imprimir
papiro



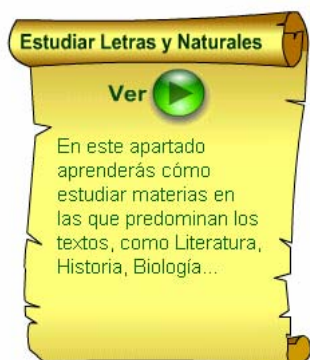
Descargar
información



TEST



PAPIRO ESTUDIAR LETRAS Y NATURALES



Leer y comprender

Subrayar

Hacer esquemas

Memorizar

Repasar



Imprimir
papiro



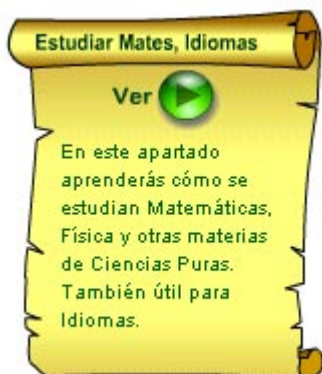
Descargar
información



TEST



PAPIRO ESTUDIAR MATEMÁTICAS, IDIOMAS...



Tomar apuntes

Aprender teoría

Hacer ejercicios

Si aún no llegas...

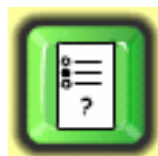
En idiomas



Imprimir
papiro



Descargar
información



TEST



PAPIRO ELABORAR TRABAJOS



Imprimir
papiro

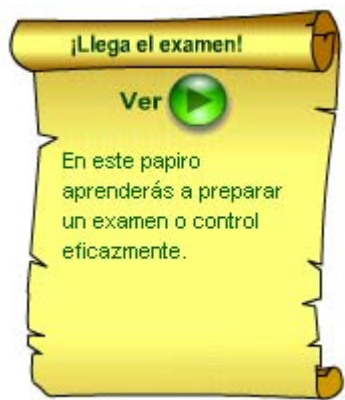


Descargar
información



TEST

PAPIRO ILLEGA EL EXAMEN!



Imprimir
papiro



Descargar
información



TEST

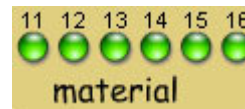


PAPIRO: TEST ¿ESTUDIAS BIEN?





PAPIRO: CÓMO TOMAR APUNTES



Imprimir
papiro



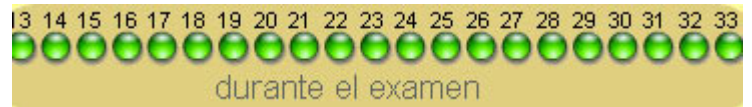
Descargar
información



TEST



PAPIRO: SELECTIVIDAD, REVÁLIDAS,...



Imprimir
papiro



Descargar
información



TEST



PAPIRO: TÉCNICAS DE LECTURA



-  CONSEJOS
-  CURIOSIDAD
-  CALCULAR V. LECTORA
-  AVERIGUA TU AMPLITUD
-  LEER CON POCAS FIJACIONES
-  LEER "POR ARRIBA"
-  LA CARTULINA
-  OTRAS 5 TÉCNICAS



Imprimir
papiro



Descargar
información



TEST



PAPIRO: TÉCNICAS SOBRE MEMORIA



●	Memorización del esquema
●	Consejos generales
●	Trucos para olvidadizos
●	Curva del olvido y repasos
●	Tipos de memoria
●	Factores que favorecen
●	¿Cómo estás de memoria?
●	Repetir y añadir
●	Clasificar datos
●	Visualizar
●	Acrósticos
●	Asociar
●	Números a letras
●	Utiliza tu ingenio
●	La cadena
●	La historia
●	Los lugares
●	El fichero



Imprimir papiro

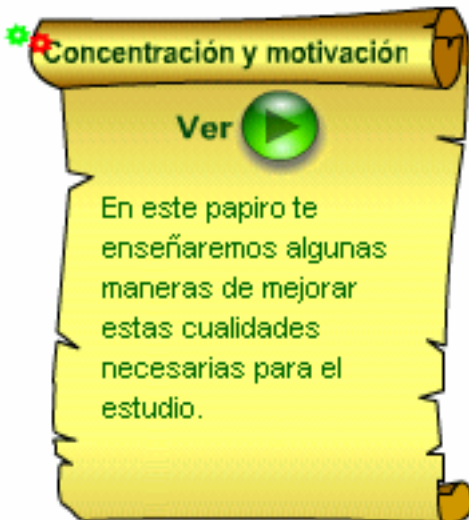


Descargar información



TEST

PAPIRO: CONCENTRACIÓN Y MOTIVACIÓN



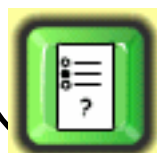
- Consejos específicos
- Jerarquía de necesidades
- Curiosidad
- Muchos motivos...
- Relajación mental
- Relajación física
- Poner marcas
- El lápiz
- Fuérzate
- El cronómetro
- El reto
- La lista
- El test de Toulouse
- Tachar letras
- Moscas y letras



Imprimir papiro



Descargar información



TEST

PAPIRO: ESQUEMAS



- Consejos específicos
- Un esquema paso a paso
- Tipos de esquemas
- Diagramas
- Completar un esquema
- Esquema mudo
- También en Matemáticas
- Esquema desde texto
- Esquema desde subrayado
- Resumen desde texto
- Practicar sin esta web



Imprimir papiro



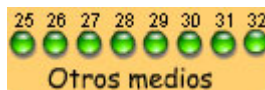
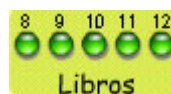
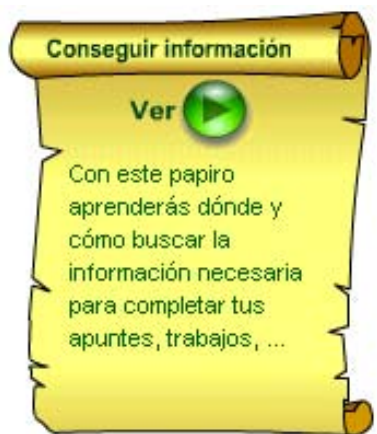
Descargar información



TEST



PAPIRO: CONSEGUIR INFORMACIÓN



Imprimir
papiro



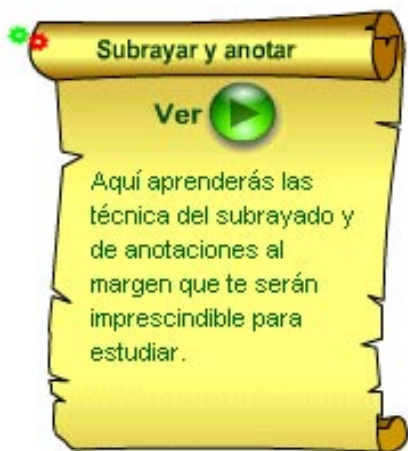
Descargar
información



TEST



PAPIRO: SUBRAYAR



CONSEJOS



UN EJEMPLO



ANOTACIONES I



ANOTACIONES II



¿CUÁL ESTÁ BIEN SUBRAYADO?



SUBRAYA TÚ I



SUBRAYA TÚ II



SUBRAYA TÚ II



PRACTICAR SIN ESTA WEB



Imprimir
papiro



Descargar
información



TEST



PAPIRO: EXPOSICIONES ORALES



Imprimir
papiro



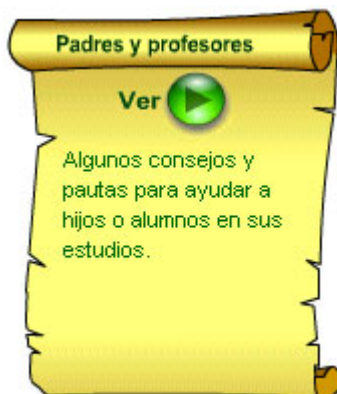
Descargar
información



TEST



PAPIRO: PADRES Y PROFESORES



Imprimir
papiro



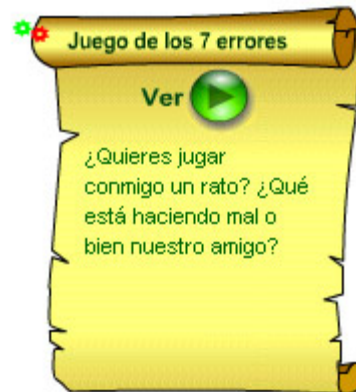
Descargar
información



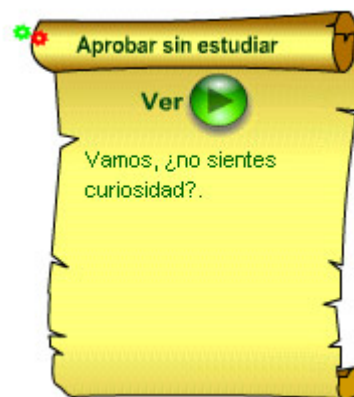
TEST



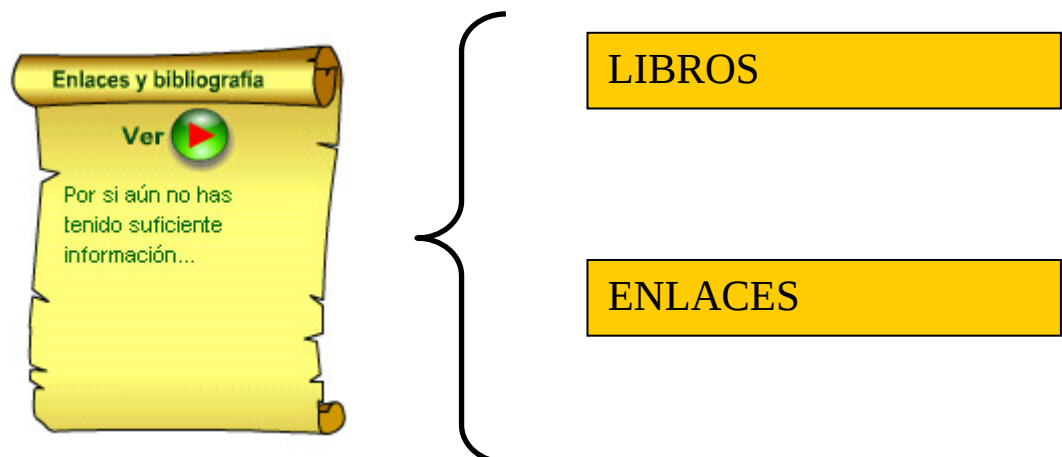
PAPIRO: JUEGO 7 ERRORES



PAPIRO: APROBAR SIN ESTUDIAR

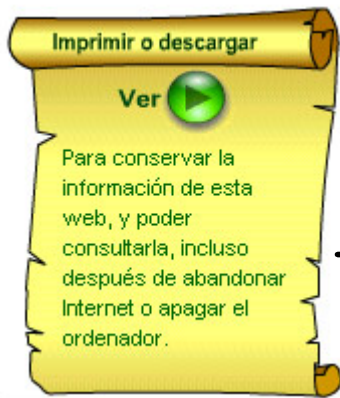


PAPIRO: ENLACES Y BIBLIOGRAFÍA

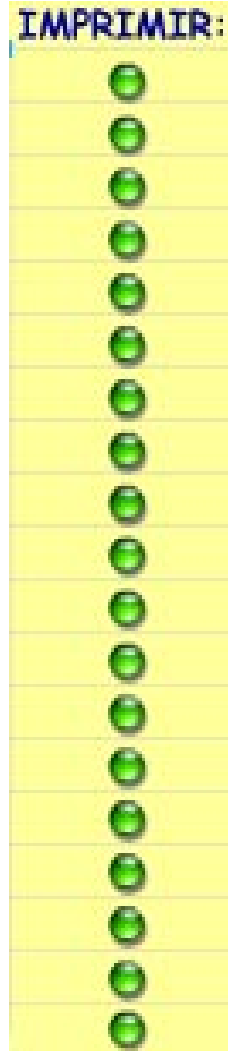




PAPIRO: IMPRIMIR Y DESCARGAR



Consejos generales:
Test ¿Estudias bien? :
Estudiar Letras y naturales:
Estudiar Mates, Idiomas...:
Cómo tomar apuntes:
Técnicas de lectura:
Subrayar y anotar:
Esquemas y resúmenes:
Técnicas sobre memoria:
Concentración,
motivacion,...:
¡Llega el examen! :
Elaborar trabajos:
Exposiciones orales:
Conseguir información:
Selectividad, reválidas:
Juego de los 7 errores:
Padres y profesores:
Enlaces y bibliografía:
Mejorar lectura:



DESCARGA TODA LA WEB

DESCARGAR GUÍAS

DESCARGAR APARTADOS



PAPIRO: MEJORAR LA LECTURA

21.-MEJORAR LA LECTURA (Refuerzo de las competencias lectoras)



EVALUAR Y MEJORAR
VOCABULARIO



CALCULAR LA VELOCIDAD
LECTORA



EJERCICIOS PARA APRENDER A
LEER POR ARRIBA



REDUCIR EL NÚMERO DE
FIJACIONES



MEJORAR LA ATENCIÓN EN LA
LECTURA



Imprimir
papiro



Descargar
información



6.-OBJETIVOS, CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

6.1 OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES

Ofrecer contenidos de calidad y eficientes didácticamente hablando: el objetivo principal de esta web es ofrecer, a través de Internet, contenidos válidos y didácticamente eficientes. De todos es sabido la ingente cantidad de información que se ofrece en Internet, pero también es cierto que solo una pequeña parte de la información que se ofrece tiene calidad suficiente y realmente son pocas las páginas con capacidad didáctica efectiva. Parte de la eficiencia se consigue porque esta web viene siendo probada con alumnos desde hace tres años. (VER ANEXO DE LA GUÍA)

Fomento de los valores de igualdad y la convivencia así como el rechazo de estereotipos sexistas y discriminatorios: Como se sugiere en la convocatoria, hemos procurado fomentar estos valores eligiendo cuidadosamente los textos a emplear; en concreto, los 50 textos empleados en el apartado “Mejorar la lectura”.

Profundización en una parcela concreta del currículo, las técnicas de trabajo intelectual: Se trata de minimizar el fracaso escolar. Hemos abordado la siempre pendiente asignatura de las técnicas de estudio y aspectos relacionados; que debe abordarse no solo como una materia en sí misma sino como perteneciente a cada materia concreta.

El refuerzo de las competencias lectoras figura entre los objetivos más importantes. Dos extensos apartados se dedican íntegramente a ello: “Técnicas de lectura” y “Mejorar la lectura”.

Tratamiento motivador y atractivo: otro problema que presentan la mayoría de las webs es el tratamiento “de libro” de los temas. En la web “APRENDER A ESTUDIAR” se ha pretendido abordar el tema de una manera imaginativa, siempre con animaciones, ilustraciones y prácticas en simbiosis con el texto que se ofrece.



Fomentar la realización de actividades prácticas: también adolecen la mayoría de las webs de ofrecer Teoría casi en exclusividad. Para evitar esto hemos incluido diversos tipos de actividades: tanto de autoevaluación (test), como abundantes prácticas en temas concretos.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Que comprendan la necesidad de aplicar determinadas técnicas para maximizar el logro de los objetivos escolares.
- Que tengan una idea general sobre técnicas de estudio y aspectos relacionados: la importancia del esfuerzo y la motivación, de una correcta planificación, de un ambiente adecuado y que sepan buscar ayuda cuando no sean capaces de lograr sus objetivos por ellos mismos.
- Que conozcan un procedimiento eficaz de estudiar materias de Letras y Ciencias Naturales.
- Que conozcan un procedimiento eficaz de estudiar materias de Ciencias Puras e Idiomas.
- Que sepan realizar un trabajo monográfico de una manera óptima.
- Que sepan preparar un examen con eficacia. Así como desenvolverse durante la prueba. Y que sepan evaluar su ejecución. Que sean capaces de identificar perfectamente lo que les están preguntando.
- Que puedan evaluar mediante un test cuál es su nivel en cuanto a técnicas de estudio, motivación, planificación...
- Que sepan tomar apuntes y que conozcan sus ventajas,
- Que afronten con éxito exámenes con mucho contenido, como los de Selectividad.
- Que mejoren su velocidad y comprensión lectora.
- Que mejoren su memoria y le saquen más partido.
- Que sean conscientes de su nivel de concentración/atención, así como de su motivación. Que sean capaces de vencer la angustia frente al examen.



- Que dominen la técnica de los esquemas. Y valoren su importancia.
- Que dominen la técnica del subrayado. Y valoren su importancia.
- Que sean capaces de salir airoso ante una exposición o examen oral.
- Dar unas orientaciones generales a padres y profesores para que sean capaces de ayudar a hijos e hijas y a alumnos y alumnas.
- Que se diviertan aprendiendo técnicas de estudio con el “juego de los 7 errores” y probando el papiro (apartado) de “Aprobar sin estudiar”.
- Facilitar al docente abundante material que pueda servirle de apoyo en el aula con sus alumnos y alumnas.
- Que sean capaces de buscar más información en otros medios: libros, bibliotecas, otras webs, CDs, etc.



6.2. CONTENIDOS

Detallaremos los contenidos según los apartados de la web.

Papiro: **CONSEJOS GENERALES**

En este papiro (apartado) se ofrecen consejos que sirven para todas las materias y todos los niveles. Es el primer papiro (apartado) que debería ser consultado.

Dentro de este papiro se contemplan distintos

Apartados:

Esfuerzo y motivación.

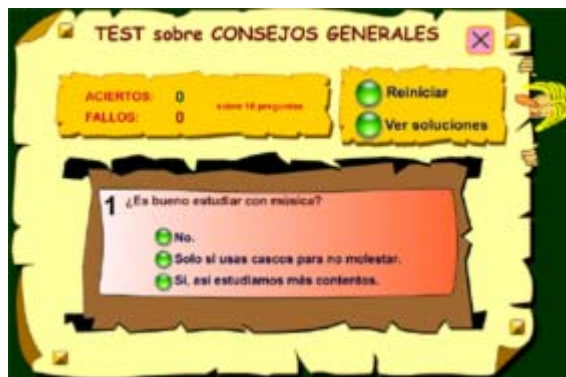
Planificación.

Ambiente.

Ayudas..

También hay un botón "Si partes de cero...". En este botón se ofrecen consejos y un plan de trabajo para aquellos que han decidido empezar a estudiar.

También hay un test, muy sencillo, de autoevaluación, para comprobar y afianzar los conocimientos obtenidos.



En este papiro se ofrece un método de estudio para trabajar en materias en las que predominan los textos como Literatura, Historia, Biología,...

En este papiro se introduce al estudiante en el procedimiento habitual de trabajo por etapas:



Subrayado.

Esquema.

Memorización.

Repasos.

También se ofrece un test de autoevaluación.

En este papiro se dan las pautas para el estudio de estas materias en las que predomina la práctica sobre la teoría.

También incluye un sencillo test de autoevaluación





Papiro: TRABAJOS MONOGRÁFICOS

En este papiro aprenden a realizar trabajos sobre un tema concreto (trabajos monográficos).



Los contenidos por apartados son:

FASES:	APARTADOS:	CONSEJOS:
1º Recoger información	Portada	Conocer bien...
2º Establecer apartados	Índice	Planificar
3º Clasificar información	Introducción	Si es de tema libre...
4º Redactar apartados	Apartados	Sobre el plagio
5º Revisión	Conclusiones	Trabajos en grupo
6º Pasar a limpio		Usando ordenador
7º Repasar		Información de Internet
		Citas

Cada uno de estos apartados se desarrolla convenientemente en el papiro.

También hay un test sencillo de autoevaluación.



Papiro: ¡ILEGA EL EXAMEN!

En est papiro aprenden a preparar de una manera eficaz los exámenes.

Los consejos que se ofrecen están repartidos en cuatro apartados:

Preparación.

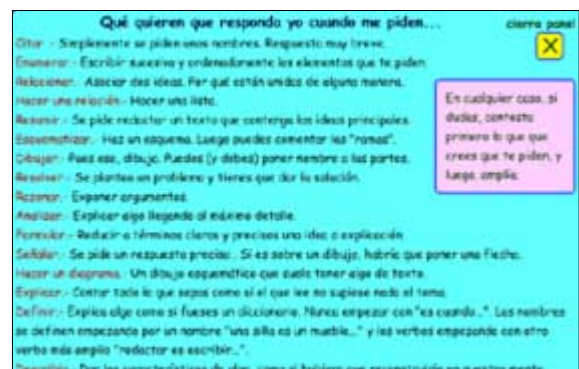
Durante el examen.

Después del examen.

Trucos.



También hay un botón "Qué me preguntan" que trata de explicar que se pide cuando el profesor utiliza, en una pregunta, palabras como citar, definir...



También se incluye un test de autoevaluación sencillo.



Papiro: ¿ESTUDIAS BIEN?

En este papiro se plantea una batería de 58 preguntas relacionadas con el estudio en distintos aspectos:

Ambiente de estudio.

Atención y trabajo en clase.

Planificación.

Concentración, esfuerzo.

Técnica.

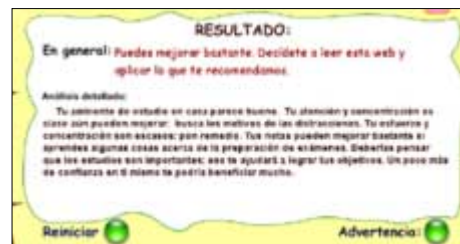
Preparación de exámenes.

Actitud y motivación.

Autoestima.



Y posteriormente se evalúa según un criterio amplio.





Papiro: CÓMO TOMAR APUNTES

Este papiro trata sobre diversos aspectos relacionados con la toma de apuntes:

Ventajas.

Preparación.

Material conveniente.

Cómo hacerlo.

Qué hacer después.

También incluye un test de autoevaluación.



Papiro: SELECTIVIDAD Y REVÁLIDAS

En este papiro se dan pautas y consejos para este tipo de exámenes en los que se acumula gran cantidad de materia.

Se desarrollan tres apartados:

Previamente...

Durante el examen...

Después...

También tiene un test de autoevaluación.





Papiro: TÉCNICAS DE LECTURA

Este papiro es muy amplio:

Contiene una parte teórica con consejos y una divertida curiosidad. Además se ofrecen distintas. También tiene un test de autoevaluación sobre todo lo visto en el papiro. A continuación describiremos cada apartado (subpapiro):



CONSEJOS: en este apartado se facilitan consejos para leer mejor y más rápido. Tiene tres subapartados:

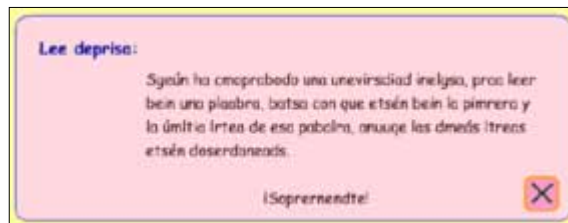
Sobre la lectura.

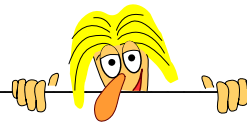
Mientras se lee.

Velocidad lectora.



CURIOSIDAD: se presenta un texto en el que se aprecia que para leer basta con que estén las letras, aunque sean desordenadas.





CALCULA TU VELOCIDAD

LECTORA: a través de un ejercicio te decimos a qué velocidad lees y se valora (de una manera amplia) si debería ser mejorada.

Técnicas de lectura. Práctica 1: Calcula tu velocidad lectora
RESULTADO

Has tardado: **0.04** minutos en leer el texto.

Aplicamos la fórmula: $\text{Velocidad} = \frac{\text{número de palabras leídas}}{\text{tiempo en minutos}}$

Tu velocidad es de: **11400** palabras por minuto.

Y como tu grado de comprensión (según las preguntas) es del: **0** %

Aplicamos la fórmula: $\text{Velocidad real} = \frac{\text{velocidad a grado de comprensión}}{100}$

Tu velocidad real es de: **0** palabras por minuto.

Valor:
- de 300: Muy bien
340 - 300: Bien
280 - 250: Normal
240 - 200: Baja
- de 190: Bastante baja

Nota: Ten en cuenta que un grado de comprensión menor del 50% hace que la lectura no sea eficiente.

SEGUIR

AVERIGUA TU AMPLITUD EN UNA

FIJACIÓN: conocerás cuántas palabras eres capaz de leer de un solo golpe de vista.

Técnicas de lectura. Práctica 2: Averigua tu amplitud en una fijación

Tienes 5 muestras para elegir, por si quieres repetir la prueba. Recuerda: tienes que leer las líneas, de arriba a abajo, fijando la vista en los puntos y ver cuántas palabras puedes leer de un solo vistazo. Pulea algunos de estos 5 botones verdes, en cada uno te dará una frase diferente:

1. Tu
2. area
3. la persona
4. que debería
5. hacer que lees
con mayor rapidez:
que cuando empezaste a
aprender las técnicas de lectura

SEGUIR

LEER CON POCAS FIJACIONES:

una sencilla técnica para que veas como puedes ir ampliando poco a poco el número de palabras que puedes leer de golpe.

Leer con pocas fijaciones

Leer palabras de tres en tres

Trata de leer 3 palabras a la vez dando un golpe de vista por cada punto rojo.

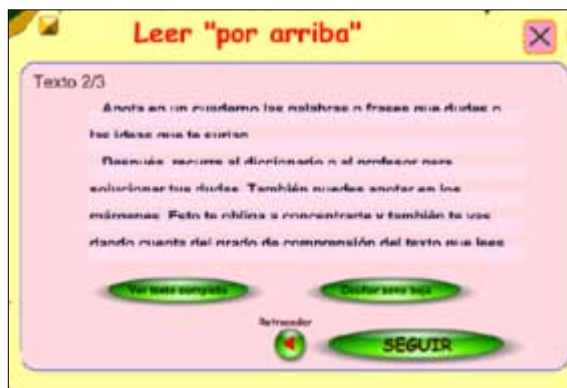
No debemos empezar a fijarnos en la primera palabra ya que desperdiciamos casi "media fijación".

Empezamos a fijarte en la segunda, así necesitarás menos golpes de vista.

SEGUIR

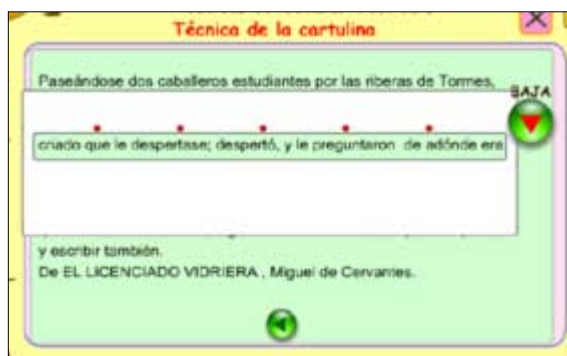


LEER "POR ARRIBA": entrenamiento y sugerencias para leer los textos fijándonos en la zona superior del texto, que aumenta la velocidad lectora.



TÉCNICA DE LA CARTULINA: se enseña el uso y fabricación de una cartulina para practicar las dos técnicas anteriores.

Incluye unos ejercicios con una cartulina "virtual".



OTRAS 5 TÉCNICAS: se ofrecen otros ejercicios más para aumentar la velocidad lectora. Que además pueden ser adaptados para no tener que estar conectado a esta web.





Papiro: TÉCNICAS PARA LA MEMORIA

Este papiro se trata la memoria desde un punto de vista práctico y se ofrecen técnicas y actividades para mejorarla y hacerla más eficiente.

En el primer papiro se ofrecen una serie de "subpapiros" teóricos y otros prácticos que vamos a tratar de explicar. Además hay un test de autoevaluación.

Hay tres papiros con consejos sobre memoria:

Memorización de esquemas.

Consejos sobre memoria.

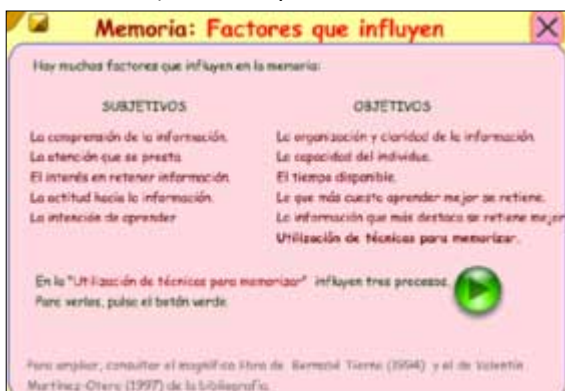
Trucos para olvidadizos.



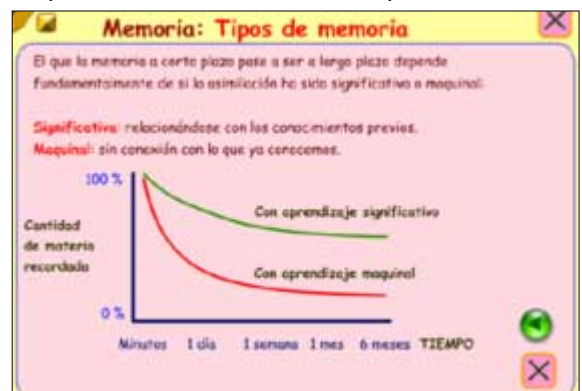
Teoría sobre el olvido y los repases

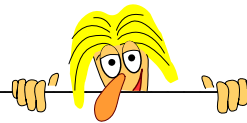


Factores que influyen en la memoria.



Tipos de memoria . Su importancia





Un test inicial.
Probaremos tu memoria.

La técnica más sencilla.
Repetir y añadir información.

Memoria: Práctica 2: Repetir y añadir

INTRODUCE LAS DOS PALABRAS EN LAS CASTILLAS POR ORDEN

1.-	FILA
2.-	
3.-	
4.-	

Quando acabes pulsa el botón verde.

COMPROBAR

Memoria: Práctica 1: ¿Cómo estás de memoria?

ESTE ES EL RESULTADO

3 / 15

Bastante mal. Es muy conveniente que practiques las técnicas sobre memoria de esta web.

VOLVER A HACER

TERMINAR

1.-	amigo	✓	amigo
2.-	zapato	✓	zapato
3.-	entras	✓	entras
4.-		✗	pato
5.-		✗	cuchara
6.-		✗	caseta
7.-		✗	miado
8.-		✗	linterna
9.-		✗	bigote
10.-		✗	comer
11.-		✗	diario
12.-		✗	ordenador
13.-		✗	sombrero
14.-		✗	segundo
15.-		✗	bondad

Clasificar favorece la memorización.

Las imágenes favorecen la memoria...

Memoria: Práctica 3: Clasificar

Se trata de formar grupos con las palabras que deseamos recordar. Parece que nuestro cerebro trabaja mejor de esta manera, distribuyendo el esfuerzo.

Ejemplo:

Sin clasificar	Clasificado
melón	Frutas
catedral	Templos
lápiz	Material
iglesia	melón
sandía	catedral
boli	iglesia
ermita	lápiz

Pulsa el botón verde para practicar:

SEGUIR

Memoria: Práctica 4: Visualización mental

Consiste en imaginar las palabras que queremos memorizar. Pero no solo imágenes visuales, sino también sonidos, tacto, temperatura, olor, saber. De esta manera se recuerdan mejor.

Supongamos que queremos visualizar la palabra **hamburguesa**:

- * La visualización funciona mejor si la imagen es **concreta y clara**: pensar en la hamburguesa doble con queso que me comí el domingo.
- * Funciona mejor cuanto más **iluminativa** sea la imagen: pensar en una hamburguesa gigante de cinco pisos imposible de comer.
- * Que intervengan **varios sentidos**: Siento la hamburguesa caliente en la mano, huele fuerte a mostaza que chorrea y te escurre por la mano...

Funciona mejor con objetos concretos. Requiere tiempo.

Pulsa el botón verde para practicar:

SEGUIR

Utilización de acrósticos.
Para palabras que se resisten.

Si asociamos números a letras...
... es más fácil recordarlos.

Memoria: Práctica 5: Acrósticos

Aquí tienes las provincias de Galicia

La Coruña
Lugo
Orense
Pontevedra

Trata de construir tú un acróstico con ellas

LA LU OR PO

(Puede ser una palabra o una frase)

La Coruña
Lugo
Orense
Pontevedra

La Luna tiene Orejas Pastizas

Pontevedra
La Coruña
Orense
Lugo

Por La Oreja en la Lumbre

TERMINAR

Memoria: Práctica 7: Número y letras

Escribe las letras correspondientes a estos números, según la clave, en las casillas blancas. Mejor en mayúsculas. Trata de combinar vocales con consonantes, si puedes. Si puedes elegir varias letras, elige las que producen palabras más chocantes.

Cuando acabes pulsa el botón verde.

SEGUIR

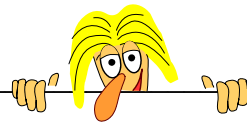
algunos teléfonos...

915038073 918965705 918923420

NISOBOTE

Segunda Guerra Mundial del 1939 al 1945

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
I D Q P



La mejor técnica es la que uno inventa.

Encadenar imágenes para recordar.

Memoria: Práctica 8: Utiliza tu ingenio

No debemos limitarnos a utilizar las técnicas conocidas para recordar datos. ¡Sé creativo, inventa tus propias técnicas!

Mira estos ejemplos (alguna bastante conocida):

Ejemplo 1 Ejemplo 2 Ejemplo 3 Ejemplo 4

Para no confundir la ortografía de estas palabras...

Obser ar Absorber

Memoria: Práctica 9: La cadena de imágenes

Es parecida a la técnica de la historia. Se trata de encadenar la imagen de una palabra con la siguiente como si fuese una película. ¡Es una técnica magnífica y divertida!

Ejemplo:

perro } Imagina esto: un **FERRO** al que se ha subido un
mono } **MONO** encima. El mono se está fumando un
cigarro } **CIGARRO** de color **VERDE**.

Se trata de **IMAGINAR**, no de aprenderse la historia, a diferencia de la técnica siguiente, la de la historia.

Pulsa el botón verde para practicar: **SEGUIR**

Elaborar una historia que recordaremos.

Los lugares: en primer lugar...

Memoria: Práctica 10: La historia

Mira esta lista a la vez que la historia que te proponemos.

Quando acabes pulsa el botón verde. Si no pulsas, al cabo de 80 segundos, se pulsará solo.

SEGUIR 3

piano	Tengo un PIANO que tiene
dientes	DIENTES en vez de teclas.
pelo	Quise tocarlo, pero mi PELO
demonio	largo me estorbaba.
regla	IDEMONIO ¿Qué puedo
tendero	hacer?
hija	Medí con la REGLA cuánto
tomate	debía cortar y baje el TENDERO
mochila	para que lo cortara.
espada	Allí estaba su HIJA que, al
	verme se puso como un TOMATE .
	Ella, de su MOCHILA , sacó una
	ESPAD y me lo cortó.

Memoria: Práctica 11: Los lugares

Se trata de asociar cada uno de los datos (imágenes, palabras...) que queremos recordar, con cada uno de los etapos de un recorrido que realicemos habitualmente. Por ejemplo el recorrido que hago desde el portal hasta mi habitación. Ejemplo:

agenda En la puerta del portal de tu casa hay colgado un **agenda**.

profesor Dentro del portal está tu **profesor** de matemáticas.

palmera En la puerta del ascensor hay una **palmera** en una maceta.

cadena Dentro del ascensor hay una **cadena** de oro en el suelo.

pera En el rellano de mi piso hay una **pera** en el felpudo.

elefante En el vestíbulo de mi casa hay un **elefante** (reso).

taxi En el comedor hay un **taxi**. ¿Cómo subió?

nieve Está nevando en el pasillo. El suelo está cubierto de **nieve**.

cuchara Y en mi habitación, en mi mesa hay una **cuchara**.

Pulsa el botón verde para practicar: **SEGUIR**

El fichero: una técnica más elaborada

Memoria: Práctica 12: El fichero

Las fichas tienen la información a memorizar.

1 2 3 4 Archivo

Pulsa sobre las fichas y contesta como si te supieras o no su contenido (imaginario). Observa cómo se mueven las fichas: Verás que cuando te sabes una ficha, avanza al fichero siguiente y cuando no te la sabes, vuelve al primer casillero.

Para más información pulsa el botón verde: **SEGUIR**



Papiro: CONCENTRACIÓN, MOTIVACIÓN, AUTOESTIMA, VOLUNTAD

Este papiro se trata sobre todos estos factores que tan decisivamente pueden influir sobre el estudio.

En el primer papiro se ofrecen una serie de "subpapiros" teóricos y otros prácticos que vamos a tratar de explicar. Además hay un test de autoevaluación.



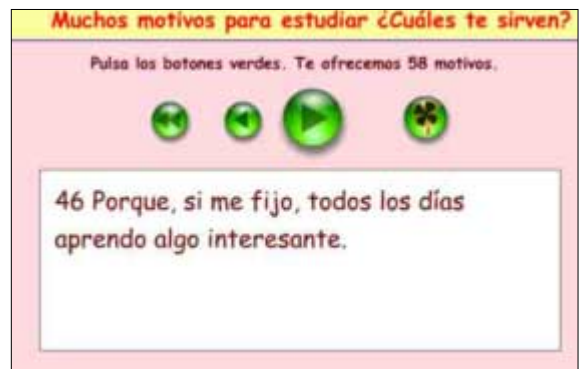
En el primer papiro se dan consejos.



La jerarquía de necesidades (Maslow)



Curiosidad sobre lo difícil que es concentrarse. Muchos motivos para estudiar.





Aprender a relajar la mente.

Técnicas: Relajación mental

1. - Busca una posición cómoda. Sentado con brazos y piernas bien apoyados. Si estás sentado puedes sujetarte la cabeza con las manos. Puede ser tumbado, pero corres el riesgo de dormirte.
2. - Cierra los ojos lentamente, como si te pesaran los párpados.
3. - Respira profundamente. Retén el aire y suéltalo lentamente. Haz esto unas pocas veces. No demasiadas ya que podrías hiperventilar y marearte.
4. - Piensa en un lugar agradable para ti, que tú conozcas o puedas imaginarte allí (jardín, playa, flotando en el espacio...).
5. - Debes notar todas las sensaciones agradables de ese lugar: el canto de los pájaros, el sol en tu piel, la brisa, el sonido de las olas...
6. - Piensa lo feliz que eres allí. Olvida todo lo demás. Permanece así un ratito.
7. - Vuelve a la realidad lentamente, contando de 1 a 5.
8. - Abre los ojos. Muévete lentamente. Ponte de pie. Desperézate o estírate, como un gato.

Aprender a relajar el cuerpo.

Técnicas: Relajación física

A veces no basta con intentar relajar la mente. Nuestros músculos están tensos, nuestra mandíbula tiende a apretarse y los puños a cerrarse. No podemos mantener quietas las piernas ni las manos. Es el momento de hacer una buena relajación total.

Técnica de tensión-relajación **Técnica de los enanitos (más divertida)**

Una manera de evitar distracciones.

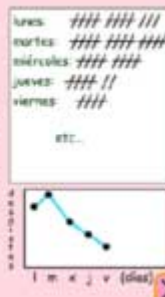
Técnicas: evitar distracciones: PONER MARCAS

Esta técnica es muy sencilla pero bastante eficaz si se lleva a cabo con constancia.

Consiste en poner una marca (por ejemplo una rayita) en un papel cada vez que te despiertes. Con el tiempo verás que te despiertas menos.

Puedes perfeccionar la técnica llevando un control de las marcas diarias. También puedes realizar gráficos con las mejoras realizadas.

Se puede aplicar tanto en casa como en el colegio.



Otra manera de evitar distracciones.

Técnicas: evitar distracciones: EL LAPIZ

Seguramente esta técnica es la más eficaz y también es bastante simple.

Se trata de tener siempre un lápiz o boli en la mano y escribir:

- Si es clase: tomando apuntes o subrayando el libro.
- Si es en casa: subrayando el libro o apuntes, haciendo esquemas, poniendo señales...

El truco es que cuando el lápiz se para, es que te has despiestado, te das cuenta e inmediatamente vuelves a prestar atención.



Entrenando la voluntad.

Técnicas: mejorar voluntad: FUERZATE

Es una técnica sencilla que dará sus frutos a largo plazo.

Consiste en forzarse uno mismo a realizar pequeños actos que no te gusten pero que sean beneficiosos. Todos los días al menos uno. Por ejemplo:

- * Comerse todo el plato de verdura cuando nos le pongan, sin protestar.
- * Tomar fruta de postre sin que la manden (si es que no nos gusta la fruta).
- * Renunciar a comerse una chuchería aunque nos den permiso.
- * Hacer algunos ejercicios más de matemáticas que no nos mandaron.
- * Leer el libro de Ciencias Naturales el día antes de que el profesor lo explique.
- * Hacer los recados que nos manda la madre sin protestar.
- * Visitar a ese familiar que no nos cae bien.

Cada uno debe encontrar sus propios actos para forzarse.

Mejorando nuestra concentración

Técnicas: concentración/voluntad: EL CRONOMETRO

1. - Prepara la materia sobre la que debes concentrarte. Por ejemplo un tema que tengas que estudiar de Ciencias Sociales.
2. - Pon el cronómetro a 3 minutos. Preparaos, ¡listos YA! Pulsa el cronómetro y durante esos tres minutos debes estar concentrado al máximo. Ni una distracción hasta que suene la alarma del cronómetro.
3. - Si has tenido alguna distracción durante los 3 minutos, volverás a intentarlo. Aunque no podrás realizar muchos intentos seguidos. Con el tiempo te concentras mejor.
4. - Si no tuviste ninguna distracción. Al rato, volverás a intentarlo, pero ahora con 3 minutos y medio.
5. - Así poco a poco, irás siendo capaz de concentrarte durante más tiempo.
6. - Para que veas de lo que eres capaz, puedes hacer la representación gráfica de tus logros, día a día.

Esta técnica hazla fuera de tu horario de estudio, para que no te quite tiempo.

Si eres de Primaria, puedes empezar con 2 minutos. Si eres de Bachillerato, puedes empezar con 5 y a intervalos de minuto.



Incrementar nuestra concentración.

Mejorando nuestra autoestima.

¿ACEPTAS EL RETO?

1. - Pienso algún tarea escolar que debo realizar. Por ejemplo: estudiar un tema para mañana, hacer el trabajo de Sociales, etc.
2. - Fíjate un plazo: "debo hacerlo durante este tarde", "debo hacerlo en dos horas".
3. - Ten en cuenta que el reto debe ser asequible, que puedas cumplirlo. Es preferible que al principio los retos sean fáciles. No es bueno desanimarse justo al principio. Pon el reto por escrito de forma precisa para que no te engañes a ti mismo.
4. - Según los vayas cumpliendo, los retos deben ir creciendo progresivamente en dificultad. Guarda las hojas en donde escribiste el reto. Son tus éxitos.

Si no eres capaz de proponerte un reto o de saber si es fácil o difícil, puedes pedir ayuda a tus padres. Explícales la técnica y pide consejo.

Técnicas: autoestima: LA LISTA

Esta técnica también es bastante sencilla. Y puede ser útil si te la turnas en serio.

- * Se trata de poner, al menos 3 virtudes personales en una lista.
- * Y en la otra 3 logros de los que te sientas orgulloso, o algo en lo que destiques, o que hagas tú mejor que tus amigos.

Si encuentras más de tres, ponlos también. Te puedes llegar a sorprender. Dispónes de dos días para completarla. Tienes que pedir ayuda a tus padres y a tus amigos. Cuando tengas las listas, guárdalas y míralas cuando creas que no vas a ser capaz de algo.

VIRTUDES	SOY BUENO EN

Te superamos...

¿Cómo estamos de concentración?

Seguimos aumentando la concentración

Técnicas: concentración: TEST DE TOULOUSE

Haz clic sobre todos los que sean como estos:

Tienes que ir A LA MAYOR VELOCIDAD y no retroceder

ESTE ES EL RESULTADO: 37 / 75

Tus sesiones son mayores del 20% de signos tachados: Nivel MUY BAJO de atención.

[VOLVER A HACER](#) [TESTAR](#)

Técnicas: concentración: TACHAR LETRAS

Haz clic sobre todas las letras U, n, p:

Los insectos son animales fascinantes. Se cree que existen más de un millón de especies. Muchas de ellas se descubren aun pertenecen al grupo de los artrópodos (animales con patas articuladas). Una de las características más importantes de los insectos es la capacidad de volar. Ellos les ha permitido conquistar una gran variedad de ambientes. Algunos son parásitos, como los piojos. Otros son beneficiosos, como las abejas. Para muchos zoólogos son los reyes del planeta.

RESULTADO: 7 / 51

La valoración consiste en comprobar si mejoras con el tiempo. Puedes pedir que lo realicen algunos amigos para compararlo.

[VOLVER A HACER](#) [TESTAR](#)

Un pasatiempo divertido para poner a prueba nuestra concentración.

Técnicas: concentración: MOSCAS Y LETRAS

Haz clic sobre las letras, primero por orden alfabético hasta la Z, y luego en orden inverso hasta la A:

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ Y YXWVUTSRQPONMLKJIHGFEDCBA

12

[VOLVER A HACER](#) [TESTAR](#)



Papiro: ESQUEMAS

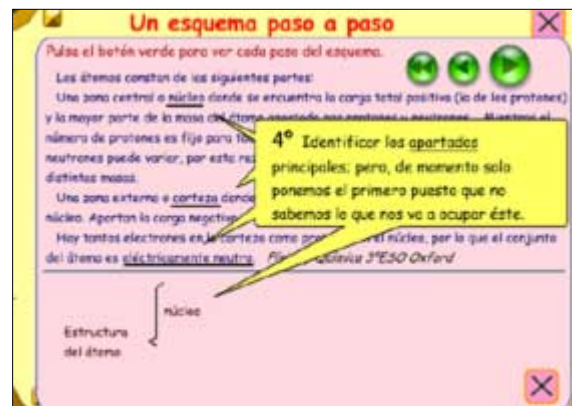
Este papiro busca que mejoremos y practiquemos la realización de esquemas. Para ello dispone de unos "subpapiros" teóricos y otros prácticos. Vamos a pasar a detallar cada uno:



Primero, algunos consejos.



Veremos cómo se hacen paso a paso.



Diferencias entre tipos de esquemas.

Algunos ejemplos de diagramas.





Ejercicio sencillo sobre esquemas.

Rehacer entero un esquema.

EJERCICIO 1: Completar un esquema
Arrastra y suelta las partes del esquema, que faltan, hacia su sitio.

EL ORIGEN DEL SISTEMA SOLAR
Es muy difícil dar datos aproximados sobre el origen del Sistema Solar, aunque existe la opinión, bastante extendida entre los científicos, de que podría situarse hace 4000 a 5000 millones de años.
En aquellos momentos, una inmensa nube de gas y polvo comenzó a concentrarse a causa de la gravedad e inició un movimiento giratorio a gran velocidad, dando origen a lo que sería nuestro Sistema Solar.
En el centro de esta masa se sitió una estrella, el Sol, y a su alrededor, se fueron formando los planetas y satélites, que giran de forma elíptica.

Origen Sistema Solar: Fecha: 4000-5000 millones de años. Se concentra, gira. Centro: Sol. Gravedad: (gas y polvo). satélites. Formación: (planetas y satélites).

EJERCICIO 2: Esquema mudo
Arrastra y suelta las partes del esquema, que faltan, hacia su sitio.

TIPOS DE EMPRESAS
Según su actividad, se pueden clasificar en:
Industriales: son empresas de transformación. Adquieren materias primas para transformarlas en productos presentados para el consumo: extractivos, siderometalúrgicos.
Comerciales: compran mercancías para luego venderlas (sin transformar) a un precio más elevado con el fin de obtener un beneficio: grandes almacenes, minoristas.
De servicios: son aquellos que no producen ni venden bienes materiales, sino que ofrecen al consumidor el disfrute directo de una actividad, por ejemplo los de ocio.

Arrastra hacia el esquema: Industriales (Ej. cine), disfrute directo de actividad (compras y ventas), Comerciales (de servicios (según actividad)), Tipos de empresas, materias primas, productos, grandes almacenes, minoristas, extractivos.

También en Matemáticas.

Hacer un esquema.

Arrastrando palabras desde el texto

EJERCICIO 3: Esquema mudo
Arrastra y suelta las partes del esquema, que faltan, hacia su sitio.

PROPIEDADES DE LAS IGUALDADES
Si a los términos de una ecuación de los suma o resta un mismo número, la ecuación no varía.
Si en una ecuación se pasa un sumando, de uno a otro miembro, cambiando de signo, la ecuación no varía.
Si se multiplican los 2 miembros de una ecuación por un mismo número, la ecuación no varía.
Un término que multiplique a un miembro de la ecuación, puede pasar dividiendo y viceversa.
En resumen, la primera de las propiedades equivale a la segunda, y la tercera a la cuarta.

Arrastra hacia el esquema: Propiedades de las igualdades, $3^2 + 4^2 = 5^2$, $4^2 + 3^2 = 5^2$, $3^2 - 5^2 + 2 = 4^2 - 5^2 + 2$, $3^2 \times 2 = 5^2 \times 2$, $4^2 \times 2 = 5^2 \times 2$, $3^2 \div 2 = 5^2 \div 2$, $4^2 \div 2 = 5^2 \div 2$, $3^2 + 4^2 = 5^2$, $3^2 - 5^2 = 4^2$, $4^2 - 5^2 = 3^2$, $3^2 \times 5^2 = 4^2$, $4^2 \times 5^2 = 3^2$, $3^2 \div 5^2 = 4^2$, $4^2 \div 5^2 = 3^2$.

EJERCICIO 4: Esquema desde texto
Arrastra y suelta las palabras desde el texto hacia el ESQUEMA.

COMPOSICIÓN DE LA SANGRE
La sangre está formada por el plasma y los glóbulos sanguíneos. El plasma sanguíneo está formado por un líquido amarillento que transporta nutrientes, hormonas, dióxido de carbono, etc.
Los glóbulos sanguíneos son:
Los glóbulos rojos, que contienen hemoglobina, una sustancia que transporta oxígeno. Una peculiaridad de estas células es que no tienen núcleo.
Los glóbulos blancos, que nos defienden de los microbios que penetran por la piel o por los orificios naturales. Son interesantes los fagocitos y los linfocitos, que producen anticuerpos.
Los plaquetas son las encargadas de la coagulación de la sangre, cuando se produce una herida, por ejemplo.

Composición sangre: plasma (lg. amarillento, transp. nutrientes, hormonas, dióxido de carbono, etc.), glóbulos rojos (hemoglobina, transp. O₂, no núcleo), glóbulos blancos (defensa, fagocitos, linfocitos, anticuerpos), plaquetas (coagulan).

Partiendo de un texto subrayado...

...hacer un resumen.

Lo mismo pero el texto subrayado.

EJERCICIO 5: Resumen desde subrayado
Arrastra y suelta las PALABRAS que creas desde el texto hacia el resumen.

LOS NUEVOS INSTRUMENTOS
Los músicos siempre han tratado de encontrar nuevas sonidos con los que enriquecer sus obras. Para ello han experimentado a lo largo de la Historia, utilizando las posibilidades técnicas de cada momento.
A principios del siglo XX, y a partir del descubrimiento de la energía eléctrica, surgieron los primeros instrumentos electrónicos que aportan una nueva sonoridad a la música.
Algunos pensaron que se trataba de unos artefactos sin futuro. Hoy, estos instrumentos son indispensables para la música de nuestro tiempo.

DESARROLLO: han tratado de encontrar, utilizando, surgieron los primeros, hoy.

EJERCICIO 6: Resumen desde texto
Arrastra y suelta las palabras desde el cuadro amarillo hacia el resumen.

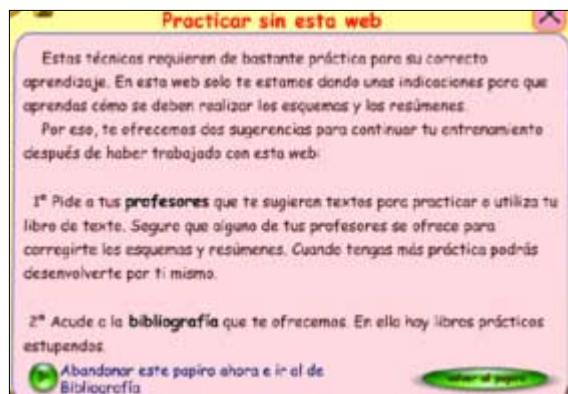
INTERPRETACIÓN DE UN MAPA
En los mapas suelen emplearse distintos colores para representar las distintas alturas de un terreno.
También se pueden utilizar líneas que unen puntos que estén a la misma altura respecto al nivel del mar. Esas líneas imaginarias reciben el nombre de curvas de nivel.
Los mapas que emplean curvas de nivel representan las diferentes alturas del terreno con más exactitud que cuando se emplean colores.

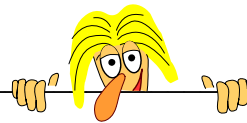
Arrastra hacia el resumen: Sentido, curvas, a la misma altura, Se utilizan, alturas, de nivel, También, para representar, colores, unen puntos, exactas, líneas que.

RESUMEN: ()



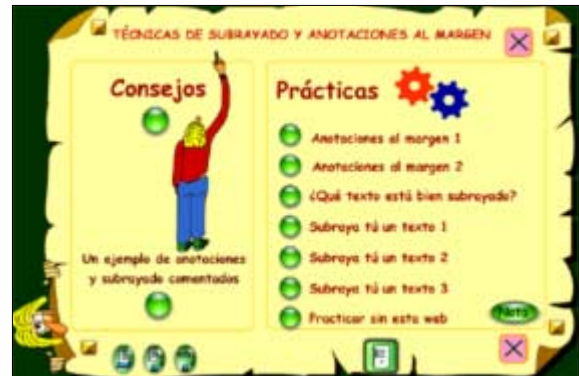
Cómo se puede seguir practicando sin disponer de esta web.





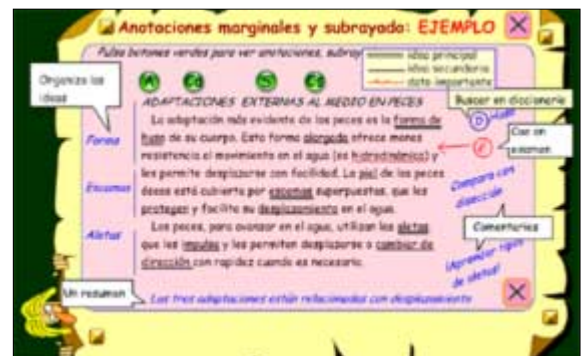
Papiro: SUBRAYADO

En este papiro se tratan de dar las pautas teóricas y prácticas para conseguir un subrayado eficaz, con consejos, ejemplos y prácticas. También se trata el tema de las anotaciones marginales.



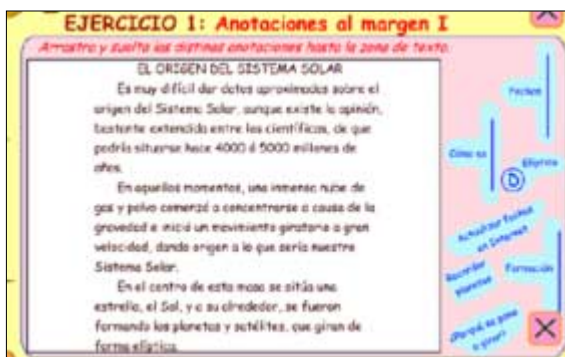
En este apartado se ofrece:
Una colección de consejos sobre el tema.

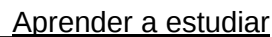
Ejemplo explicado al detalle.



Ejercicio sobre anotaciones marginales.

Otro.





Subraya y compara.

EJERCICIO 4: Subraya tú un texto

Lee este texto y subraya las palabras que debes pulsando sobre ellas

Los elementos químicos se encuentran en el Universo en cantidades muy distintas. El hidrógeno y el helio constituyen el 99% de toda la materia del Universo. (un 90% de H y un 9% de He), mientras que el resto de los elementos constituye el 1% restante.

HIDRÓGENO
Helio
Compara:

Los elementos químicos se encuentran en el Universo en cantidades muy distintas. El hidrógeno y el helio constituyen el 99% de toda la materia del Universo. (un 90% de H y un 9% de He), mientras que el resto de los elementos constituye el 1% restante.

(Sorprendente! Si te fijas, en este ejemplo curioso, basta con subrayar estas cuatro palabras. Lee bien y verás que ¡TODO LO DEMÁS SE DEDUCE!)
subraya el párrafo

Un tercer ejercicio semejante.

EJERCICIO 6: Subraya tú un texto III

Lee este texto y subraya las palabras que desees pulsando sobre ellas

A lo que se subraya, sin estar mal, puede depender de nuestro nivel de conocimientos, del tema, de la memoria que tenemos...

A lo que se subraya, sin embargo, puede que ha tenido consecuencias más importantes para el desarrollo de la humanidad.

Hemos procurado subrayar lo menos posible (más fácil de recordar), pero sin dejarnos ningún dato importante.

Vamos ahora a ver cómo puedo practicar sin tener delante esta web.

54



Papiro: CONSEGUIR INFORMACIÓN

En este papiro se estudian las distintas estrategias y fuentes de las que se puede obtener información para nuestros trabajos o ejercicios. Consta de los apartados:

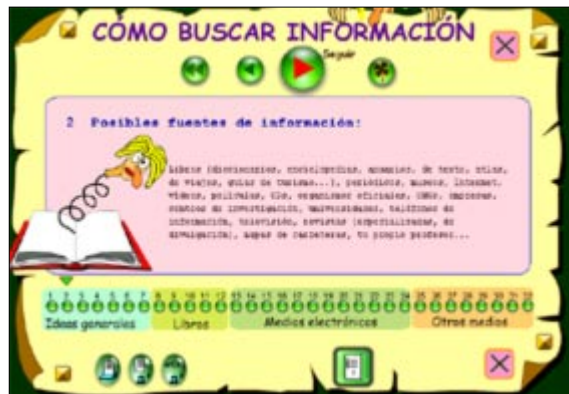
Ideas generales.

Libros.

Medios electrónicos.

Otros medios.

También tiene un sencillo test de autoevaluación.



Papiro: EXPOSICIÓN DE TRABAJOS

Contiene las indicaciones necesarias para tener éxito cuando vamos a exponer oralmente un trabajo. También tiene utilidad en exámenes orales y alguna prueba oral de una oposición. Consta de los apartados:

Preparar la exposición.

Durante la exposición.

Además ofrecemos un test sobre el tema.





Papiro: BIBLIOGRAFÍA

Por aún no tienes suficiente información, aquí va información sobre libros ...



...y enlaces en Internet comentados.



Papiro: LOS 7 ERRORES

Se trata de un juego en el que se trata de deducir los errores (y algún acierto) en la animación que se ofrece.





Papiro: APROBAR SIN ESTUDIAR

Es, sencillamente, una broma. La idea que trata de transmitir es que sin estudiar no hay manera honrada de aprobar.



Papiro: IMPRIMIR O DESCARGAR

Se ofrece el contenido de la web, entera o por papiros (apartados) para su ejecución sin estar conectado a Internet o también para su impresión en papel. Creemos que será útil para el profesorado.





Papiro: PARA PADRES Y PROFESORES

Un conjunto de consejos y pautas para facilitar la tarea de los padres frente al estudio de sus hijos. También ofrecemos alguna idea a nuestros colegas, los profesores.

Además hay un test elemental.



Los apartados de que consta son:

PARA EMPEZAR	ESTRÉS	DIFICULTADES
Ver consejos generales	Tener estrés es normal	Saber con claridad...
Todos pueden mejorar	El estrés es excesivo si...	Ayúdele a concretar...
No busques excusas	Las actividades extra...	Si tiene poca capacidad...
Cuando ayudes	Es fácil que se produzca si...	Si lee mal...
Cuanto más pequeño sea	Cómo reducirlo	Que valore la lectura
Seguir un horario	Consejos	Lea con él...
Si sobra tiempo	Desarrolle el optimismo	Dificultades ortográficas
Planificar bien	Es bueno planificar	
El lugar de estudio		
Que usen esta web		



COMPORTAMIENTO	AYUDAS	MOTIVAR
<u>Niños muy inquietos</u>	Estar disponibles	Fijar objetivos
Exceso de actividad	Ayuda extra	Objetivos asequibles
Fraccionar el estudio	Profesor particular	Valorar éxitos
Llevar una rutina	No es recomendable...	Los premios
Eliminar estimulantes	Apoyo psicológico	Motivos para premiar
<u>El niño se rebela</u>		Los castigos
Puede deberse a...		Cumplimiento
Método del contrato		Comentarios inadecuados
Analice especialmente		Frases peligrosas
Odio al colegio		Comentarios positivos

FOMENTAR	PARTICIPAR	PROFESORES
...la responsabilidad	Acuda a las reuniones	Aptitudes personales
...la curiosidad	Pida entrevistas	Dar apoyo
... el control de la tele	Participe en las actividades	Comprobar técnicas
... la navegación segura	Colabore con los profesores	Comunicar problemas
... el buen uso de la tecnología		Programas de técnicas
... el rechazo a las drogas		Necesidades educativas
		Problemas de lectura
		Seguimiento



Papiro: MEJORAR LA LECTURA

(Refuerzo de las competencias lectoras)

Este papiro contiene algunas pruebas para valorar la competencia lectora y varias baterías de actividades con el fin de practicar algunas técnicas útiles.

Además los 50 textos empleados se han elegido con un objetivo secundario que es el fomento de los valores de la igualdad y la convivencia y el rechazo de estereotipos sexistas y discriminatorios.



Tiene 5 apartados:

1.-Introducción general

Aunque mejorar la lectura pasa por leer, leer y leer, hemos diseñado algunas pruebas para valorar tu competencia lectora y varias baterías de actividades con el fin de practicar algunas técnicas útiles.

¡ HEMOS UTILIZADO "TEXTOS SOLIDARIOS" ! : Los 50 textos que hemos elegido para este papiro tratan de fomentar en el alumnado los valores de igualdad, la convivencia, la solidaridad, y la eliminación de estereotipos sexistas y discriminatorios.

2.-Evaluar y mejorar el VOCABULARIO

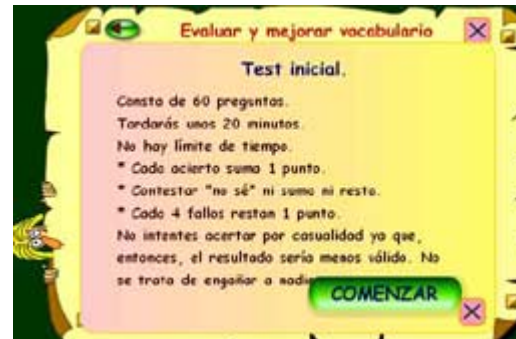
Se nos ofrecen tres pasos para mejorar nuestro vocabulario:

- 1º Realizar un primer test.
- 2º Seguir unos consejos.
- 3º Realizar un segundo test.

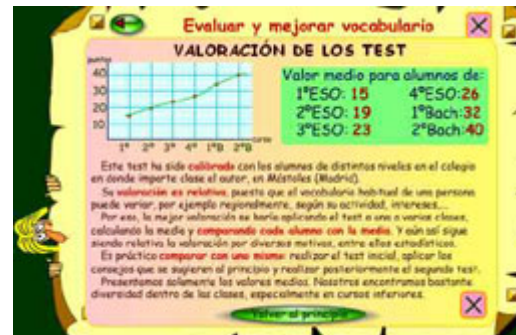




Se realiza el test de vocabulario inicial...



Valoramos el resultado del test.

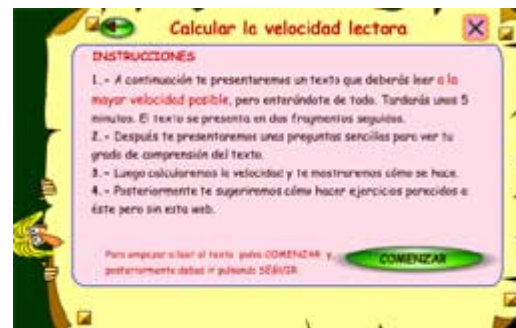


Te da unos consejos para mejorar vocabulario.



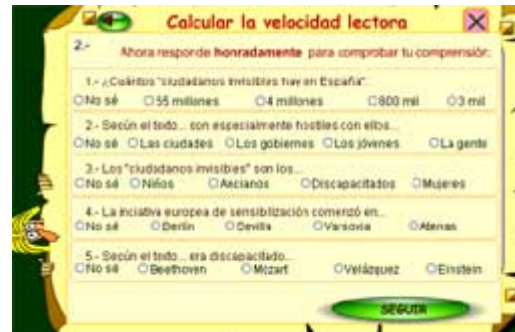
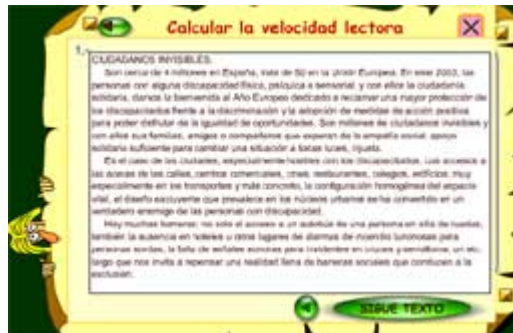
3.-Calcular la velocidad lectora

Se nos ofrecen diez textos para practicar y se nos dan las instrucciones:

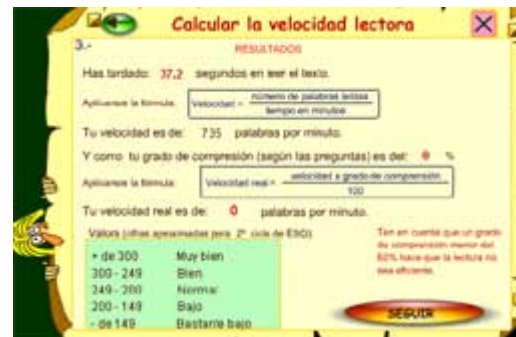




Ahora se ofrece el texto para leer y luego se hacen unas preguntas para ver el grado de comprensión.



Ahora se calcula la velocidad automáticamente



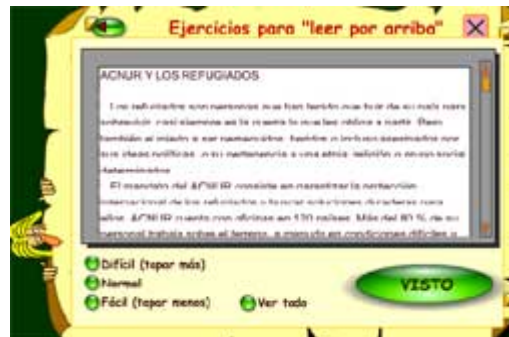
También se ofrecen consejos para calcular la velocidad lectora sin disponer de esta web:





4.-Ejercicios para aprender a "leer por arriba"

Se nos ofrecen diez textos para practicar y se nos dan las instrucciones: Luego se plantea la actividad con distintos grados de dificultad.



5.-Reducir el número de fijaciones

En este caso se ofrecen dos técnicas diferentes para reducir el número de fijaciones o golpes de vista. Se sugieren 10 textos para cada técnica:



En la primera técnica, van apareciendo grupos de palabras en un lugar fijo de la pantalla, mientras que en la segunda, se van iluminando distintos grupos de palabras en el texto.



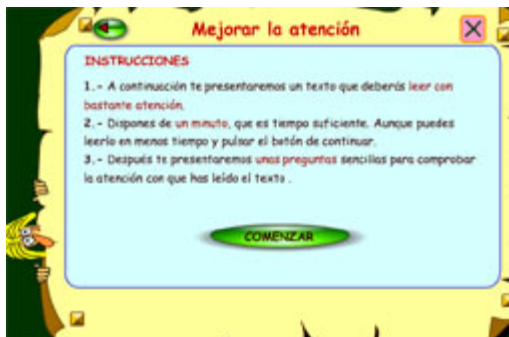


6.-Mejorar la atención en la lectura

Dispones de 10 textos para estos ejercicios:



Ahora se dan las instrucciones y se presenta el texto:



Posteriormente se realizan unas preguntas para valorar la atención:





También se ofrecen consejos para intentar practicar la atención sin disponer de la web:





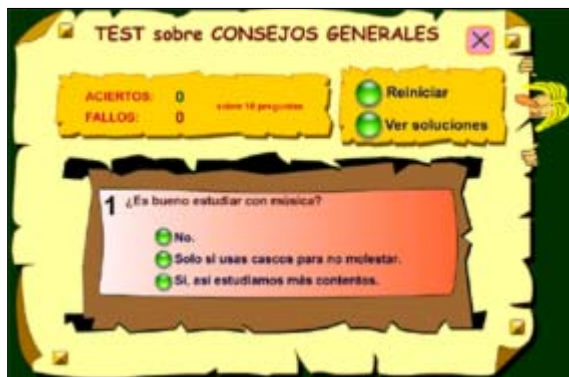
6.3.-ACTIVIDADES



Además los papiros (apartados) que contienen el icono :
constan de una parte teórica y de multitud de actividades prácticas de
muy diverso tipo.

**En total hay más de 100 actividades prácticas y de evaluación
distribuidas entre todos los papiros** (apartados) que no vamos a detallar aquí.

Además, en, prácticamente, cada papiro hay un test de autoevaluación,
bastante sencillo, sobre los contenidos de ese papiro.



En cada papiro, hay dos botones:
impresa o descargar la información y las
actividades de ese papiro. Para que el
profesorado pueda trabajar en el aula con
estos contenidos.



para poder sacar





7 .BIBLIOGRAFÍA

LIBROS

1

Título:	Técnicas de estudio. Guía del estudiante.
Comentario:	Un libro bastante moderno y completo.
Autores:	Benito, M. y Lorenzo, N.
Editorial:	Océano.
Ciudad y fecha de edición:	Barcelona 2002.

2

Título:	Inteligencia emocional.
Comentario:	Un libro muy interesante para todos. No es específico sobre estudio.
Autores:	Goleman, D.
Editorial:	Kairos.
Ciudad y fecha de edición:	Barcelona. 1996

3

Título:	Método práctico de técnicas de estudio.
Comentario:	Ideal para utilizar en el aula. Todo práctico.
Autores:	Jiménez Ortega, J.
Editorial:	Visor.
Ciudad y fecha de edición:	Madrid. 1994.

4

Título:	Los adolescentes ante el estudio.
Comentario:	Bastante teórico. Desde el punto de vista psicológico.
Autores:	Martínez-Otero, V.
Editorial:	Fundamentos.
Ciudad y fecha de edición:	Madrid. 1996.



5

Título:	Mis claves del éxito para estudiar mejor.
Comentario:	Las experiencias personales de una alumna aventajada. Un lenguaje muy directo.
Autores:	Navarro, P.
Editorial:	Planeta.
Ciudad y fecha de edición:	Barcelona. 2003.

6

Título:	Cómo estudiar
Comentario:	Breve pero intenso, este libro.
Autores:	Núñez, M.
Editorial:	RBA
Ciudad y fecha de edición:	Barcelona 2002.

7

Título:	Cómo mejorar el rendimiento escolar de su hijo.
Comentario:	Libro riguroso y tremendamente práctico. Para progenitores en apuros.
Autores:	Stainback, W.
Editorial:	Medici.
Ciudad y fecha de edición:	Barcelona 1990.

8

Título:	Las mejores técnicas de estudio.
Comentario:	Si hubiera que elegir uno solo, éste sería. Completo y claro. El libro de un Maestro.
Autores:	Tierno, B.
Editorial:	Temas de hoy.
Ciudad y fecha de edición:	Madrid 2003.

9

Título:	¿Cuándo, qué y cómo estudiar?
Comentario:	Cuadernillos alumno/profesor. Interesante método práctico.
Autores:	Tresca, M.
Editorial:	Novedades Educativas.
Ciudad y fecha de edición:	Buenos Aires 2001.



10

Título:	Estrategias de estudio
Comentario:	Libro variado y moderno con muchos test de autoevaluación.
Autores:	Walter, P.
Editorial:	Prentice Hall.
Ciudad y fecha de edición:	Madrid 2002.

11

Título:	Ortografía de uso del español actual
Comentario:	Libro completo y eficaz.
Autores:	Gómez, L.
Editorial:	SM
Ciudad y fecha de edición:	Madrid 2000.

12

Título:	Ortografía. Autoaprendizaje. 14ª edición
Comentario:	Para aprender por ti mismo. Un clásico de la ortografía.
Autores:	Mesanza, J.
Editorial:	CIE Dossat.
Ciudad y fecha de edición:	Madrid 2000.

ENLACES

1

CNICE. La web del estudiante
Excelente web del CNICE (que pertenece al Ministerio de Educación y Ciencia Español) centrada en el fundamental aspecto de la motivación, los exámenes y las técnicas del trabajo intelectual.
http://www.cnice.mecd.es/recursos2/estudiantes/aprender/op_00.htm

2

Cómo estudiar
Aunque no profundiza, trata bastantes aspectos relacionados con el estudio.
http://www.iespana.es/comoestudiar/



3

[De Educaweb](#)

Una web sencilla sobre técnicas de estudio de este magnífico portal educativo.

<http://www.educaweb.com/esp/secciones/seccion.asp?sec=4>

4

[Del M° de Educación de Costa Rica](#)

Página resumida sobre técnicas de estudio de esta Institución.

<http://www.mep.go.cr/estudiantes/TecnicasEstudio.html>

5

[Estudio por materias](#)

Es interesante saber aplicar las técnicas de estudio diferenciadamente a cada materia.

http://www.educasites.net/estudio_por_materias.htm

6

[De la Universidad de Alicante](#)

Una página bien concentrada sobre técnicas de estudio.

<http://www.ua.es/centros/derecho/tecnicasestudio.htm>

7

[Una buena página personal](#)

Una página con información (un tanto comprimida) sobre las técnicas de estudio.

http://www.opeatat.es.biblio.net/~carlos/32138/page_0.html

8

[Monográfico sobre técnicas de lectura](#)

Puesto que leer bien es fundamental para estudiar bien, enlazamos a esta magnífica página.

http://www.lengua.profes.net/especiales2.asp?id_contenido=33562

9

[Página de Juanjo Romero](#)

Una página bastante elemental pero que incluye alguna actividad práctica.

http://www.lopedevega.es/users/juanjoromero/eso/testudio/testudio_index.htm



10

[De la Escuela Oficial de Idiomas de Linares](#)

El departamento de Alemán ofrece la traducción de muchos y muy buenos artículos relacionados con el estudio.

<http://www.geocities.com/eoilinaresalemanconsejos/>

11

[Estilos de aprendizaje](#)

Aprender a aprender. Trata sobre los estilos de aprendizaje. Un poco (bastante) de teoría no viene mal.

<http://www.galeon.com/aprenderaaprender/general/indice.html>

12

[Cuando se atragantan las mates](#)

Centrada específicamente en el fracaso relacionado con esta materia. Bastante bueno.

<http://perso.wanadoo.es/cgargan/dificul.htm#matemáticas>

13

[Ensalada de artículos](#)

Muchísimos artículos interesantes para alumnos, padres y profesores.

http://perso.wanadoo.es/angel.saez/pagina_nueva_59.htm

14

[Página de Gloria Marsellach](#)

Esta psicóloga trata aspectos generales relacionados con el estudio.

<http://usuarios.lycos.es/puntodevista/Pr/tema59/tema59.html>

15

[Página de Arturo Ramos](#)

Toca distintos aspectos del estudio e incluso el estudio de distintas materias.

<http://www.aplicaciones.info/utiles/tecnicas.htm>



GUIÓN PARA EL ALUMNADO

8.-SUGERENCIAS DE UTILIZACIÓN

El alumnado, por supuesto, deberá seguir siempre las indicaciones y programación que haga el profesor, si la web se trabaja en el aula. Si la exploración se hace por su cuenta el procedimiento más recomendable para utilizar esta web podría describirse en los siguientes pasos:

- 1º Leer la ayuda de la web.
- 2º Explorar , en primer lugar, el papiro (apartado) CONSEJOS GENERALES.
- 3º Posteriormente debería visitar los papiros ESTUDIAR LETRAS Y NATURALES y el papiro ESTUDIAR MATEMÁTICAS E IDIOMAS.
- 4º Luego podrías realizar el test ¿ESTUDIAS BIEN?, que deberías volver a realizar pasado un tiempo, cuando hayas aplicado y practicado las enseñanzas de esta web.
- 5º Ahora deberías trabajar los papiros que tienen actividades prácticas.
- 6º En cada papiro que visites, hay un test de autoevaluación muy sencillito que deberías completar.
- 7º Explora cuanto desees pues está hecha para ti.
- 8º No te olvides de los juegos: LOS 7 ERRORES y APROBAR SIN ESTUDIAR (que posiblemente sea el primer papiro que hayas visitado).
- 9º En cualquier momento, cuando quieras ampliar tu información, o profundizar en un aspecto concreto, puedes acudir al apartado BIBLIOGRAFÍA.

En cualquier caso ¡DISFRÚTALO!



9. UNOS GUIONES PARA EXPLORAR LA WEB SISTEMÁTICAMENTE



GUIÓN: APRENDER A ESTUDIAR I

(Consejos generales, test ¿Estudias bien?, estudiar Ciencias)

Accede a la web según te indique tu profesor.

Advertencia: No te salgas del papiro que estamos estudiando en cada momento. Es decir, que debes ignorar los botones verdes que pongan "Ir al papiro..."

Abre el papiro "Consejos generales"

- * Lee los 36 apartados detenidamente.
- * Pulsa el botón "Si partes de cero", léelo y cópialo entero en tu cuaderno.
- * Haz luego el test de autoevaluación.
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro y apunta en tu cuaderno (de Ciencias Naturales, al final) 3 ideas o consejos que no conocieses o que te han parecido las más interesantes.

Abre el papiro "Test: ¿Estudias bien?"

- * Lee detenidamente las instrucciones. El test lo hará primero un miembro del grupo y luego el otro (para volver a empezar el test, pulsar reiniciar).
- * Contesta cada pregunta con sinceridad. Ten paciencia son 58 preguntas. Te llevará, seguramente, menos de 10 minutos.
- * Cuando salga el resultado final, copia entero el texto en tu cuaderno.

Abre el papiro "Estudiar mates, idiomas..."

- * En este papiro te van a enseñar cómo se estudian materias en las que la parte práctica es tan importante o más que la parte teórica.
- * Lee el contenido de las 5 fichas, por orden.
- * Haz el test de autoevaluación.
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro y copia, por orden, el título de las tres primeras fichas.

Si os sobra tiempo abrid el papiro "Aprobar sin estudiar"



GUIÓN: APRENDER A ESTUDIAR II

(Estudiar materias de letras, los exámenes y los apuntes)

Accede a la web según te indique tu profesor.

Advertencia: No te salgas del papiro que estamos estudiando en cada momento. Es decir, que debes ignorar los botones verdes que pongan "Ir al papiro..."

Abre el papiro "Estudiar materias de letras, naturales..."

- * En este papiro te van a enseñar cómo se estudian materias en las que predominan los textos sobre la parte práctica.
- * Lee las fichas detenidamente.
- * Haz luego el test de autoevaluación.
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro y copia, por orden, el título de las fichas.

Abre el papiro "¡Llega el examen!"

- * Lee detenidamente los 36 apartados.
- * Pulsa el botón "¿Qué me preguntan?", léelo y cópialo entero en tu cuaderno.
- * Haz luego el test de autoevaluación.
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro y apunta en tu cuaderno 3 ideas o consejos que no conocieses o que te han parecido las más interesantes.

Abre el papiro "Cómo tomar apuntes"

- * Lee con detenimiento los 33 apartados.
- * Haz el test de autoevaluación.
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro y apunta en tu cuaderno 3 ideas o consejos que no conocieses o que te han parecido las más interesantes.
- * Copia en tu cuaderno el panel de abreviaturas del apartado 21.

Si os sobra tiempo abrid y explorad el papiro "Aprobar sin estudiar" y el papiro "Selectividad y reválidas"

RL



GUIÓN: APRENDER A ESTUDIAR **III**

(lectura, subrayado)

Accede a la web según te indique tu profesor.

Advertencia: No te salgas del papiro que estamos estudiando en cada momento. Es decir, que debes ignorar los botones verdes que pongan "Ir al papiro..."

Abre el papiro "Técnicas de lectura..."

- * Primero lee atentamente los consejos.
- * Luego vuelve y pulsa el botón de "Una curiosidad".
- * Ahora haced las distintas prácticas (cada uno del grupo de forma independiente, sin leer los textos cuando lo hace el compañero):
 - Calcula tu velocidad lectora.
 - Calcula la amplitud de una fijación.
 - Leer con pocas fijaciones.
 - Aprende a leer por arriba.
 - Técnica de la cartulina.
 - Otras 5 técnicas.
- * Haz el test de autoevaluación del papiro.

Abre el papiro "Subrayar y anotar"

- * Primero lee atentamente los consejos.
- * Ahora estudia muy detenidamente, fijándote en cada texto, el apartado "Un ejemplo de anotaciones y subrayado, comentados".
- * Haced (puede ser en común) todas las prácticas. Si te cansas podéis hacer el test de autoevaluación y luego volver a realizar las prácticas que os queden.

Si os sobra tiempo abrid y explorad el papiro "Aprobar sin estudiar", el papiro "Selectividad y reválidas" o el papiro "Exposiciones orales".

RL



GUIÓN: APRENDER A ESTUDIAR IV

(Esquemas y resúmenes, Técnicas sobre memoria)

Accede a la web según te indique tu profesor.

Advertencia: No te salgas del papiro que estamos estudiando en cada momento. Es decir, que debes ignorar los botones verdes que pongan "Ir al papiro..."

Abre el papiro "Esquemas y resúmenes..."

- * Primero lee atentamente los consejos.
- * Luego vuelve y estudia con mucho detalle "Una esquema paso a paso".
- * Luego vuelve y pulsa el botón "Tipos de esquema". Prueba su contenido.
- * Posteriormente pulsa el botón "Diagramas", para entender lo que son.
- * A continuación haced todas las prácticas sobre esquemas. También podéis hacer entre medias el test de autoevaluación.

Abre el papiro "Técnicas sobre memoria"

- * Primero lee el contenido de los tres botones:
 - Memorización del esquema.
 - Consejos generales.
 - Trucos para olvidadizos.
- * A continuación estudia detenidamente y trata de comprender:
 - La curva del olvido y repasos.
 - Tipos de memoria.
 - Factores que favorecen.
- * Ahora realizar, por turnos para no cansaros, las distintas prácticas que se ofrecen .

Si os sobra tiempo abrid y explorad el papiro "Aprobar sin estudiar", el papiro "Selectividad y reválidas" o el papiro "Exposiciones orales".

RL



GUIÓN: APRENDER A ESTUDIAR V

(Trabajos, Concentración y motivación, Juego de los 7 errores)

Accede a la web según te indique tu profesor.

Advertencia: No te salgas del papiro que estamos estudiando en cada momento. Es decir, que debes ignorar los botones verdes que pongan "Ir al papiro..."

Abre el papiro "Elaborar trabajos"

- * Primero lee con atención el contenido de la solapa "fases".
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro, pon "fases", y copia, por orden las fases.
- * Luego lee con atención el contenido de la solapa "apartados".
- * Copia en tu cuaderno el título del papiro, pon "apartados", y copia, por orden las apartados que debe tener un trabajo.
- * Lee con detalle el apartado "Consejos".
- * Ahora haced el test de autoevaluación.

Abre el papiro "Concentración y motivación"

- * Empieza por el apartado "Consejos específicos".
- * Luego sigue por el botón "Jerarquía de necesidades".
- * Diviértete un rato con "Curiosidad".
- * Lee relajadamente el apartado "Muchos motivos...".
- * Ahora es el momento de practicar. Leed y realizar las prácticas, aunque ahora no es el momento adecuado para las de relajación...
- * Haz el test de autoevaluación.

Abre el papiro "Juego de los 7 errores"

- * Trata de encontrar los 7 errores o aciertos...

Si os sobra tiempo abrid y explorad el papiro "Aprobar sin estudiar", el papiro "Selectividad y reválidas" o el papiro "Exposiciones orales", o el papiro "Conseguir información", o el papiro "Enlaces y bibliografía", o cualquier otro que te quede por ver.



GUIÓN: APRENDER A ESTUDIAR VI

(Mejorar la lectura: refuerzo de las competencias lectoras)

Advertencia inicial:

La práctica de este papiro no se puede realizar en una sola sesión lógicamente. Entonces, lo que se pretende es introducirte en el manejo de unas técnicas cuya práctica puede conseguir que mejores tu lectura. Si aplicas estas técnicas y consejos para mejorar la lectura, de forma continuada, seguro que te conviertes en un excelente lector.

Accede a la web según te indique tu profesor.

Advertencia: No te salgas del papiro que estamos estudiando en cada momento. Es decir, que debes ignorar los botones verdes que pongan "Ir al papiro..."

Abre el papiro "Mejorar la lectura":

- En el apartado "Evaluar y mejorar el vocabulario" realiza el test inicial y lee los consejos. No hagas el segundo test hasta que no lleves unos meses practicando los consejos que te dan.
- En el apartado "Calcular la velocidad lectora" puedes realizar la primera práctica, por ejemplo. Aunque si ya has realizado esta prueba en el papiro "Técnicas de lectura", te lo puedes ahorrar.
- Prueba los ejemplos del apartado "Aprender a leer por arriba". Sigue los consejos y puedes hacerte una cartulina, en casa, como se indica, que también te servirá para el apartado siguiente
- Prueba los ejemplos del apartado "Aprender a leer por arriba". Sigue los consejos y puedes hacerte una cartulina, en casa, como se indica, que también te sirve para el apartado anterior.
- Realiza la primera actividad del apartado "Mejorar la atención". Si haces todas las actividades ya no te servirá para otros días.

Si os sobra tiempo abrid y explorad los papiros que os queden sin ver.



APRENDER A ESTUDIAR

Comentarios a los guiones I, II, III, IV, V y VI

Aunque damos por hecho que el profesor sabrá utilizar la web según su mejor conveniencia, para su comodidad hemos elaborado cinco guiones para explorar la web de una manera sistemática en 5 sesiones:

En APRENDER A ESTUDIAR I se programa el estudio de los papiros:

- "Consejos generales".
- "Test: ¿Estudias bien?".
- "Estudiar mates, idiomas...".
- "Aprobar sin estudiar".

En APRENDER A ESTUDIAR II se programa el estudio de los papiros:

- "Estudiar materias de letras, naturales...".
- "¡Llega el examen!".
- "Cómo tomar apuntes".
- "Selectividad y reválidas".

En APRENDER A ESTUDIAR III se programa el estudio de los papiros:

- "Técnicas de lectura...".
- "Subrayar y anotar".
- "Exposiciones orales".

En APRENDER A ESTUDIAR IV se programa el estudio de los papiros:

- "Esquemas y resúmenes...".
- "Técnicas sobre memoria".



En APRENDER A ESTUDIAR V se programa el estudio de los papiros:

- "Elaborar trabajos".
- "Concentración y motivación".
- "Juego de los 7 errores".
- "Conseguir información".
- "Enlaces y bibliografía".
- Cualquier otro que te quede por ver.

En APRENDER A ESTUDIAR VI se programa el estudio de los papiros:

- "Mejorar la lectura".



INFORME DE LA EXPERIMENTACIÓN DE ESTA WEB CON EL ALUMNADO

INTRODUCCIÓN

En este modesto informe se resume el resultado de la experimentación de la web "Aprender a Estudiar" con alumnos/as durante tres años. La web se ha probado principalmente en el Colegio Villa de Móstoles. También se ha pasado esta web a profesores de otros centros para su evaluación.

METODOLOGÍA

La web ha sido probada por el propio autor en el Colegio Villa de Móstoles durante la tutoría con **tres grupos** de alumnos y alumnas de 2º de la ESO en **tres años consecutivos**. Durante esos años ha ido siendo modificada la web valorando los resultados, comentarios y opiniones del alumnado y los compañeros y compañeras.

Cada grupo fue llevado al aula de ordenadores en 6 sesiones, en las que pudieron explorar, de una manera guiada, la web, siguiendo los 6 guiones preparados para ellos.

Posteriormente, al alumnado se le realizaron una serie de preguntas de forma anónima, en las que se pidió absoluta sinceridad, cuyos resultados estadísticos resumimos posteriormente. Las preguntas fueron:

- ¿Volverás a ver esta web en casa?
- ¿Recomendarías la web a un amigo?
- ¿Me va a servir esta web para mi estudio?
- Nombra algo que hayas aprendido y no supieras.
- ¿Qué apartado te ha parecido más interesante?
- ¿Cuál de las cosas que has visto crees que puedes poner mejor en práctica?



También se ha facilitado esta web a profesores de **otros nueve centros** (incluidos algunos gabinetes de psicología), de toda España, para su evaluación general.

Además ha sido inevitable que la web haya circulado entre padres y madres (incluso de otros centros), los cuales han tenido una opinión realmente muy positiva, que han comunicado al autor a través del correo electrónico.

RESULTADOS

Resultados en el Colegio Villa de Móstoles:

Se realizaron unas preguntas anónimas de valoración general de la web.

En estos resultados globales que presentamos se han acumulado todos los datos de tres años. Los datos entre los distintos años eran bastante homogéneos entre ellos.

¿Volverás a ver esta web en casa?				
	SI	NO	NO SÉ	Total
Número de alumnos/as	48	15	12	75
	64%	20%	16%	

¿Recomendarías a un amigo?				
	SI	NO	NO SÉ	Total
Número de alumnos/as	57	9	9	75
	76%	12%	12%	

¿Me va a servir para mejorar mi estudio?				
	BASTANTE	ALGO	NADA	Total
Número de alumnos/as	22	44	9	75
	30%	58%	12%	

Pregunta: Nombra algo que hayas aprendido y no supieras:

En general, todo el alumnado señaló no uno, sino varios aspectos. Los más citados fueron los relacionados con el ambiente que debe rodear al estudio: situación de la



luz, ausencia de ruido, cómo sentarse, aunque la lista puede ser larga. Incluso aquellos que valoraron la web negativamente también nombraron algunos aspectos.

Pregunta: ¿Qué apartado te ha parecido más interesante?

: Aunque hay diversidad de opiniones, el más nombrado fue el de "Resúmenes y esquemas".

Pregunta: ¿Cuál de las cosas que has visto crees que

puedes poner mejor en práctica? : Aunque hay variedad de opiniones también, los apartados más citados fueron: "Hacer esquemas", "Hacer horarios" y "Organizar la habitación".

Resultados en otros colegios:

Los resultados en otros colegios corresponden a una valoración subjetiva de los profesores o profesoras que los utilizaron en dichos colegios. En todos los casos la valoración subjetiva fue muy buena.

Opiniones de padres y madres:

Todos han valorado muy positivamente la web. Curiosamente, varios de ellos, han coincidido en que la web ha servido para que sus hijos/as corroboren lo que los padres les decían sobre cómo estudiar, ya que en muchos casos los hijos no se fían de las instrucciones que les dan sus padres, respecto a la metodología del estudio.

DISCUSIÓN

Parecen bastante coherentes los resultados estadísticos de las tres preguntas principales (tablas). Encontramos, sin embargo, una valoración negativa en torno al 12%. Esto corresponde a unos 2 alumnos/as por clase. Dentro de este porcentaje quedan, posiblemente, una parte de las opiniones del alumnado que se viene a denominar como "objeto", de muy difícil motivación para las actividades escolares. Por ello, podríamos afirmar que la aceptación por parte del alumnado que no es "objeto", de dicha web, es realmente **muy positiva**.

Parece haber una discrepancia: En la pregunta primera: **¿Volverás a ver esta web en casa?** , hay un 20% que dice NO, mientras que en la segunda **¿Recomendarías a un amigo?**, solo hay un 12% que dice NO. La explicación



puede ser que hay algunos que consideran recomendable la web, pero no la verán en casa porque no tienen Internet u ordenador.

De la tercera pregunta (**¿Me va a servir para mejorar mi estudio?**) se desprende que un 88% cree que esta web le va a servir realmente. El autor considera que este porcentaje es altísimo. Si realmente se cumpliera esta valoración del alumnado el autor habría visto satisfechas con creces sus expectativas.

De las siguientes preguntas, más subjetivas, se desprende que el alumnado capta y valora más aquellos aspectos que son menos teóricos y más cercanos a su experiencia personal.

CONCLUSIONES

- * La web "Aprender a Estudiar" resulta agradable, entretenida y motivadora para la mayor parte del alumnado. De esta web obtienen ideas para aplicar y mejorar su rendimiento escolar.
- * Los profesores de otros centros que la han probado la han evaluado bastante positivamente.
- * Al alumnado le interesan, sobre todo, los aspectos prácticos de esta web.

Otras conclusiones

- * El resto del profesorado del centro y los padres y madres del alumnado han valorado muy positivamente la web.
- * El autor ha aprendido mucho, una vez más, de sus alumnos/as.