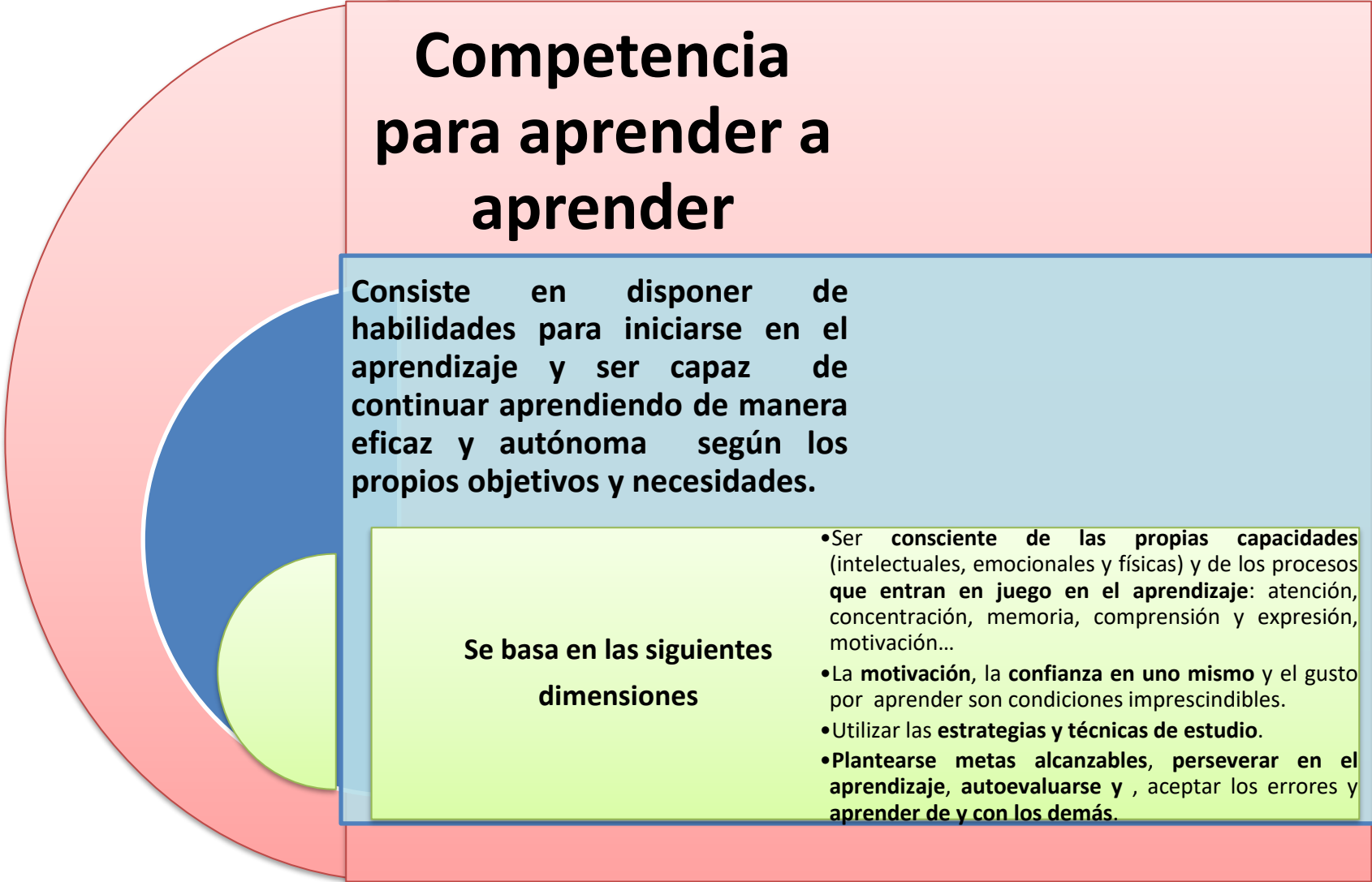




Las condiciones del estudio

IES “G. TORRENTE BALLESTER”

DEPARTAMENTO DE
ORIENTACION



Competencia para aprender a aprender

Consiste en disponer de habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera eficaz y autónoma según los propios objetivos y necesidades.

Se basa en las siguientes dimensiones

- Ser consciente de las propias capacidades (intelectuales, emocionales y físicas) y de los procesos que entran en juego en el aprendizaje: atención, concentración, memoria, comprensión y expresión, motivación...
- La motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender son condiciones imprescindibles.
- Utilizar las estrategias y técnicas de estudio.
- Plantearse metas alcanzables, perseverar en el aprendizaje, autoevaluarse y , aceptar los errores y aprender de y con los demás.

El **éxito escolar** no sólo depende de la **inteligencia** y el **esfuerzo**, sino también de la **eficacia de los métodos** y **hábitos de estudio** y de la **motivación**.

Con frecuencia nos encontramos con que **los alumnos no saben estudiar**, es decir, **no tienen un método de trabajo adecuado** que les facilite desarrollar unas **estrategias de aprendizaje y ser autónomos en su aprendizaje**

Lo **importante** en el proceso educativo **no es sólo acumular conocimientos, (memorismo puro) sino dotar** al alumnado **de métodos** (habilidades, estrategias) **que le faciliten su propio proceso** de aprendizaje (aprender a aprender durante toda su vida), ante el **aumento de la información** producido por el **avance de la ciencia**.

La aparición de **nuevas profesiones**, la necesidad de reciclaje profesional, así como la existencia de una **sociedad competitiva**, requieren cada vez más de **personas versátiles**, con capacidad de aprendizaje **autodidacta**.

Los hábitos, técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje deben conservarse y aplicarse a lo largo de toda la vida, ya que son medios útiles para favorecer el proceso de aprendizaje.

Estas técnicas y estrategias facilitan la capacidad de pensar y de adaptarse a las nuevas situaciones para se cada vez más competentes y autónomos en el aprendizaje.

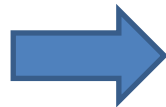


El acto del estudio se caracteriza por ser una **tarea habitual y compleja que **requiere** la ejecución de **una serie de acciones por las que el alumno aprende.****

- Estas habilidades pueden ser aprendidas.
- **La lectura** es el medio fundamental para dominar el nuevo contenido.
- El estudio tiene un carácter **intencional** y debe ser **diario**.
- La actividad de estudiar tiene cada vez más en nuestra sociedad un carácter permanente.



**Recomendaciones
generales para
diseñar un buen
método de estudio**



Atender durante la clase

Utilizar la agenda que sirva como medio para organizar el trabajo. Diariamente anotar, asignatura por asignatura, las actividades por realizar, fecha de entrega de trabajos, temas para estudiar... e ir tachando a medida que se hace.

Distribuir el tiempo de forma flexible,
adaptada a cambios y a circunstancias:

- **Tener en cuenta las dificultades concretas de cada materia** con breves descansos cada hora.
- **Personal:** hecho a su medida, a tu ritmo de trabajo y aprendizaje. Tener también en cuenta otras actividades (culturales, deportivas, amigos...)
- **Realista:** que tenga en cuenta tus circunstancias personales, de tiempo, actividades complementarias...

Organizar el material de trabajo. “Cada cosa en su sitio y un sitio para cada cosa”

Ser constante: estudiar “todos los días”, en el mismo lugar y a la misma hora. Llevar tareas al día.

Otros consejos para hacer los deberes en casa

- Dividir los deberes en tareas más pequeñas.
- Establecer un espacio específico, sin distracciones.
- Hacer un listado con todas las tareas pendientes e ir tachado a medida que se hacen.
- Fijar un tiempo para cada tarea.
- Crear una rutina de trabajo con los tiempos de estudio y descanso.
- No empezar otra tarea hasta que no se haya acabado la anterior.
- Hacer sólo una cosa a la vez. Con orden.
- Dejar en el horario margen para imprevistos.
- Premiarse cuando se hayan cumplido los objetivos

5 pasos para estudiar a diario:

- 1. Lectura y subrayado: lectura general, uso del diccionario, comprensión, relación con otros temas, lectura en profundidad, ..., subrayado.**
- 2. Esquema/resumen**
- 3. Memorización del resumen: uso de técnicas de memorización (reglas nemotécnicas, historietas,...)**
- 4. Autoexamen**
- 5. Relectura del tema completo por el libro+gráficos, fotos,...**

Y recuerda:

En casa:

- El lugar de estudio debe estar despejado de elementos que te distraigan.**
- Debes tener a mano todo lo que necesites.**
- Repasa lo aprendido al final de la semana y repite el repaso. de vez en cuando.**
- Cumple el horario.**

En el centro:

- Atiende en clase, pregunta dudas, sé respetuoso...**
- Anota en la agenda**

Te podemos ayudar:

- Los profesores, el tutor, la orientadora.**
- Encontrarás más información en el apartado de técnicas de estudio del blog:
www.elorienta.com/tomasyvaliente/**

Ejemplo de horario personal del alumno ...

- Tareas para realizar con la colaboración de los padres:
 - Leer los temas explicados.
 - Resumir oralmente lo leído.
 - Resumir por escrito lo leído.
- A la hora de estudiar seguiré los siguientes pasos:
 - Revisar las explicaciones del día.
 - Hacer los ejercicios propuestos por cada profesor/a.
 - Hacer un resumen/esquema de cada explicación, para lo cual tendré a mano mi diccionario, papel y bolígrafo.
 - Estudiar los resúmenes cada día y repasar los del día anterior.
 - En los periodos de estudio y descanso no distraerme con móviles, TV, música.

<i>Hora</i>	<i>Lunes</i>	<i>Martes</i>	<i>Miércoles</i>	<i>Jueves</i>	<i>Viernes</i>	<i>Sábado</i>	<i>Domingo</i>
17:00-17:45	Materia 1 Materia 2	Materia 1 Materia 2	Materia 1 Materia 2	Materia 1 Materia 2	Materia 1 Materia 2		
17:45-18:00	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>		
18:00-18:45	Materia 3 Materia 4						
18:45-19:00	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>	<i>Descanso</i>		
19:00-20:00	Materia 5 Materia 6						

Mi horario

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
20/25m	Materia/ módulo 1						
20/25m	Materia/ módulo 1						
5/10m	Descanso						
20m	Materia/ módulo 2						
20m	Materia/ módulo 2						
5/10m	Descanso						
20m	Materia/ módulo 3						
20m	Materia/ módulo 4						

Pegar en sitio bien visible las fechas de los exámenes o trabajos

Trabajos y exámenes del mes de ...						
Lunes 1 <i>Entregar trabajo de Plástica</i>	Martes 2 <i>Examen de Soc. (Temas 2 y 3)</i>	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5 <i>Examen de lengua (Temas 3 y 4)</i>	Sábado 6	Domingo 7 <i>Repaso examen Mates</i>
Lunes 8	Martes 9 <i>Examen de Mates (Fracciones)</i>	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12	Sábado 13	Domingo 14
Lunes 16	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19	Sábado 20	Domingo 21
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

<https://orientaguia.wordpress.com/aprendo-a-estudiar/tecnicas-de-estudio/>

https://youtu.be/_rsZCTH-cJY

<https://aprendoencasa.educacion.es/familias/>

PÁGINAS INTERESANTES

Programa Orienta del centro

- http://iesgtorrenteballester.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=17&wid_item=110
- <http://www.orientaline.es/?yafx=51480>

http://ntic.educacion.es/w3/eos/MaterialesEducativos/mem2006/aprender_estudiar/index2.html

PÁGINA MUY COMPLETA

Gracias por vuestra atención

M Melitina Sánchez Andrino

Orientadora del centro

Dirección de correo electrónico: mmsanchezan@educa.jcyl.es