

Técnicas de estudio en Educación Secundaria

El aprendizaje es un **proceso de adquisición de habilidades y conocimientos** que se produce a través de la enseñanza, la experiencia o el estudio.

Respecto al estudio, que depende del esfuerzo y trabajo que se dedica para aprender algo, **se necesita una actitud activa**, donde quien estudia asuma su protagonismo y supere la pasividad. No obstante, en la adquisición de los hábitos y técnicas básicas, **la colaboración de los padres y madres se considera fundamental**.

Crear un buen ambiente de estudio en casa: que exista un sitio fijo para estudiar, con el material necesario (diccionarios, libros de consulta, etc.), aislado de ruidos y distracciones, con iluminación suficiente, buena ventilación y silla y mesa funcionales.

Establecer un tiempo diario dedicado al estudio: que puede concretarse en un horario de actividades de tarde (indicando tanto el tiempo que se dedicará a estudiar, los descansos y otras actividades extraescolares y de ocio).

Acostumbre a su hij@ a que, al finalizar el tiempo de estudio, revise su material escolar y ordene su mochila para asegurarse de que le entrega las notas de los profesores, los exámenes, y no olvida el material para el día siguiente. El tiempo de estudio deberá respetarse sin interferir con otro tipo de encargos que puedan surgir.

Dando ejemplo de interés por la cultura: a través de la lectura, biblioteca familiar, prensa, conversaciones, etc...

Mantener una estrecha colaboración con los profesores: se debe caminar en la misma dirección y buscar una colaboración mutua.

Animar al estudio sin sermonear: es necesario valorar la dedicación al estudio y el esfuerzo más que los resultados, resaltando los pequeños progresos. La adolescencia será una etapa especialmente difícil, en la que los “sermones” pueden ser contraproducentes y el mostrar apoyo y acompañamiento será más eficaz.

Seguir diariamente el hábito de estudio de nuestros hijos/as pero sin agobiar: hay que interesarse por qué exámenes tienen, qué dificultades encuentran, cuál es su disposición ante cada materia...

Hay que guardar un equilibrio en dicho seguimiento e ir otorgando mayor autonomía y responsabilidad conforme ellos vayan creciendo.



En segundo lugar, se puede orientar a los hijos/as en el manejo de **Técnicas de Estudio**:

¿Qué entendemos por **Técnicas de Estudio**?

Una técnica de estudio es **una herramienta para facilitar el estudio y mejorar los logros**. Se trata de estrategias y procedimientos de carácter cognitivo y metacognitivo que se aprenden y desarrollan a través de la práctica.

Técnicas de estudio en Secundaria

Si se ha ido interiorizando un buen hábito y se han iniciado las técnicas de estudio, al llegar a Tercer Ciclo de Primaria y ESO, su hij@ podrá poner en marcha sistemáticamente una serie de estrategias más elaboradas que van a presentarse a continuación:

Prelectura: lectura rápida y global, **previa a la explicación**, para identificar los apartados del tema y la temática del mismo. Se puede aprovechar para descubrir qué se sabía antes sobre el tema y contrastar con lo que ahora se presenta. Así se podrá preguntar lo que más cuesta entender o pedir información sobre lo que más interesa.

Lectura Comprensiva: se trata de dedicar la misma tarde del día en el que se explica el tema o alguno de sus apartados en clase, para realizar una lectura comprensiva del mismo.

Se intentará **identificar la idea principal y los detalles o ideas complementarias de cada uno de los apartados** con sus correspondientes párrafos. Es importante ayudarse de las ilustraciones, mapas, gráficos, etc. que completan la información escrita. Si cuando se hace la lectura comprensiva surgen dudas, es necesario anotarlas para preguntarlas al profesor/a y anotar las aclaraciones del mismo para luego releerlas y completar los apartados que no quedaban claros.

Subrayado: le realiza inmediatamente después de la lectura comprensiva (si ya hay mucha práctica, se puede realizar en paralelo). Se subrayará lo más importante (ideas principales, conceptos claves, palabras técnicas, datos, fechas, etc.) y aquello que haga recordar el resto de detalles.

Hay que subrayar lo justo, ni poco (porque se pierde información) ni mucho (porque entonces el subrayado no sirve de nada). **Es útil utilizar símbolos** como *exclamaciones, asteriscos, flechas*, etc. para recalcar aspectos importantes y ayudar a retener la información.

Esquema-Resumen: se realizará **una vez hechos los pasos anteriores**. Se debe incluir toda la información a aprender, extraída del subrayado. Se trata de **tener toda la información importante organizada** para que pueda visualizarse de un vistazo.

Es bueno **utilizar distintos colores y marcar las ideas y datos importantes**, ayudará a la memorización. Se pueden hacer distintos tipos de esquemas, pero el más utilizado es el “esquema de llaves”.

Memorizar: se deberán dejar al menos dos tardes libres para poder memorizar los contenidos trabajados a través del resto de técnicas. Para ello, se irá realizando el estudio a través del esquema-resumen.

Para memorizar **es necesario estar despejado**, no puede hacerse con sueño o en el último momento. Se trata de leer y comprender el esquema para a continuación reproducirlo mentalmente con el esquema tapado. Se repetirá esta operación hasta que se aprenda el contenido, siempre comprendiendo.

Repaso: es un aspecto fundamental. Se deberá ir haciendo conforme se va memorizando, pues contenidos memorizados son contenidos que necesitan repasarse para poder interiorizarse y fijarse por completo en nuestra memoria. **Será necesario hacer varios repasos** y el último de ellos no tiene por qué ser muy intenso, siempre y cuando se hayan seguido el resto de pasos.

Toma de Apuntes: un aspecto que será necesario aprender, especialmente en la Etapa de Secundaria. Unos buenos apuntes serán aquellos que **seleccionan los aspectos claves e ideas fundamentales mediante una copia esquemática que capte la estructura lógica**. Predomina la calidad sobre la cantidad. Será necesario organizar, revisar y clasificar los apuntes el mismo día en que se toman, para poder ir elaborando un esquema-resumen de los mismos y luego poder ir realizando los pasos siguientes (memorización y repaso).

En las materias o **asignaturas en las que predominan los contenidos prácticos** (Matemáticas, Física y Química, Idiomas, etc.), **es fundamental comprender las explicaciones y tener los ejercicios bien corregidos**. Será necesario trabajar a diario, realizando todos los ejercicios que se manden y repitiendo aquellos en los que se han encontrado dificultades o errores. Una buena práctica es llevar un pequeño cuaderno de dudas en el que se apunten las mismas y se respondan una vez aclaradas.

Para saber más

BUENO CAÑIGRAL, F. J. (coordinador): **Manual didáctico para la Escuela de Padres**. Ayuntamiento de Valencia (Concejalía de Sanidad y Consumo).

JIMÉNEZ ORTEGA, J. y SOUSA SALGUERO, F. (2004): **Los mejores hábitos y Técnicas de Estudio I y II**. Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria. Estudiantes Hoy.

Aula abierta. Espacio para padres. Redes de formación de la JCCM.
redesformacion.jccm.es/aula_abierta

Propuestas para mejorar el rendimiento escolar. www.ceapa.es