



Técnicas de estudio

Manual del estudiante

Villa Alemana, año 2024

Índice

Presentación

1.-Lectura profunda

2.-Glosario

3.-Subrayado o destacado

4.-El resumen

5.-Esquema

6.-Mapa Conceptual

7.-Mapa Semántico

Presentación

Estimado y estimada estudiante, el siguiente manual se diseñó y confeccionó con el objetivo de apoyar sus estudios y organizar de forma satisfactoria sus tiempos.

Hoy en día, el tiempo y su uso es un factor crucial, más cuando los medios tecnológicos son parte de nuestra vida. Por eso el planificar el tiempo y generar hábitos te va a permitir compatibilizar varias actividades en tu vida y así poder desarrollarlas de forma satisfactoria.

Debes tener presente que todas las personas desarrollan una cantidad abundante de conocimientos, experiencias y habilidades en su vida, y muchas de ellas están vinculadas a la madurez emocional como cognitiva. Las escuelas, Institutos profesionales y universidades ayudan a que dichos conocimientos, experiencias y habilidades sean útiles, funcionales y que permitan cumplir con las expectativas culturales, sociales, profesionales, ciudadanas y económicas.

Las técnicas de estudio son importantes pues permiten lograr desarrollar los conocimientos y habilidades requeridas. Para determinar qué técnica debo usar, primero debo probar y ver resultados.

Algunos estudiantes aprenden más cuando no sólo leen los contenidos de una asignatura, sino ven un video explicativo o entretenido, otros transcribiendo la materia, otros solamente leyendo o poniendo atención en clases. Cada uno tiene que buscar sus propios caminos, para llegar a obtener conocimientos y generar habilidades.

Por eso en este manual encontrarán un catálogo que pueden revisar, para que puedan identificar cómo mejorar tus aprendizajes.

Por último, dejamos unas recomendaciones generales.

<i>No usar celular en la sala de clases o mientras estudias, realizas tareas o trabajos.</i> Este tipo de tecnología provoca falta de atención en otras tareas, agotamiento mental por uso excesivo.
<i>Dormir las 8 horas sugeridas.</i> Los trastornos del sueño provocan desconcentración, problema de memoria, decaimiento, además de posibles enfermedades a largo plazo
<i>Si no te va bien en una asignatura pon más atención en clases y anota tus dudas.</i> Trata de resolverlas, junto al profesor o profesora, y si no pide ayuda a la Coordinación académica.
<i>Sé realista.</i> Las técnicas y métodos de estudio se deben realizar de forma constante y progresiva, para que generen resultado. Debes probar cuál se ajusta de mejor forma a tu persona y tener paciencia, pues luego de un mediano plazo verás los resultados
<i>1 hora de estudio o repaso al día</i> te ayuda a mejorar las notas de forma progresiva y mejora la retención de la información.
<i>Busca un lugar tranquilo de la casa para hacer tus trabajos.</i> Recuerda que puedes trabajar en la biblioteca, para aquello lo puedes coordinar con la bibliotecaria .
<i>Si accedes a información por Internet, siempre verifícala</i> y si no estás seguro solicita ayuda a tu profesor o profesora

1. Lectura profunda o comprensiva

¿Qué es?

Este tipo de técnica permite mejorar la velocidad lectora y la capacidad de comprensión después de ser ejercitada varias veces, pues favorece la lectura comprensiva.

Este tipo de técnica te permite:

- Mejorar la comprensión
- Mejorar la interpretación
- Ampliar vocabulario
- Retener palabras, términos y conceptos
- Organizar tu aprendizaje

Pasos:

1.- Lectura rápida: Leer un texto de forma rápida y sin pausa, aun cuando no se entienda a cabalidad lo leído.

2.- Buscar y anotar las palabras que no se entiendan: Usa el diccionario RAE y anota las definiciones en tu cuaderno o en un block de apuntes.

3.- Subrayar: Destaca la(s) palabra(s) que te parezcan más importantes.

4.- Ideas principales: Leer nuevamente el texto, pero de forma lenta y pausada. Anota al borde del párrafo o en una hoja la idea central. Haz este procedimiento por cada párrafo. Puedes también desarrollar un esquema o mapa conceptual.

5.- Lectura profunda: Leer nuevamente el texto y verás que lo puedes entender mucho mejor. Si tienes alguna duda, compártela con tu profesor o profesora, no te quedes con ella.

Recordatorio:

Existen diferentes tipos de lectura:

- Lectura funcional: lectura de manuales, instrucciones y textos que nos informan sobre el funcionamiento tecnológico o actividades generales.
- Lectura de entretenimiento: las mangas, historietas, novelas, cuentos y cualquier tipo de texto que se realiza en tiempo de ocio y que es para el gozo propio.
- Lectura de índole de índole cultural: es la lectura de información científica, acontecimientos históricos, informaciones de temas específicos, etc. Nos sirve para tener un marco de cultura general y poder conversar sobre temas de actualidad con otras personas
- Lectura de estudio: es la lectura para retenerla información. Se lee con atención, lentitud y comprensión de la materia de estudio. La lectura comprensiva es la que permite aprender. Cuando se pueden “abstraer” los elementos principales y aplicarlos a otras situaciones, se dice que “se ha comprendido”

Propósito de la lectura	Ejemplos	Se debe...
1. Preparar una prueba o examen	- Paper de Biología - Diapositivas de química	- Leer despacio y de forma concentrada, explorando el texto - Emplear otras técnicas de estudio como: glosario, subrayado y organizadores como esquemas, mapas conceptuales. - auto interrogarse o hacerlo grupalmente
2. Investigar	- Investigaciones académicas - Artículos científicos	Hacer lecturas rápidas para seleccionar el material que sirve. Leer con más detalles haciendo anotaciones de las ideas o citas que se pueden utilizar. Lo seleccionado, debe leerse comprensivamente relacionando ideas.
3. Informarse de un tema	Capítulo para discutirlo en clase Un artículo interesante.	Leer a ritmo natural identificando de qué se trata. Marcar las ideas que no se comprenden y sintetizar los párrafos comprendidos.
4. Aplicar	Instructivo para un procedimiento	Leer despacio y detalladamente. Destacar los puntos clave de un proceso y comprender. Memorizar los pasos si es necesario.
5. Buscar un dato	Una definición en una Enciclopedia o diccionario.	Leer rápidamente descartando y avanzando sin intentar comprender, hasta que se llegue a la información deseada.
6. Formar opinión	Noticias sobre un hecho.	Leer con calma, visualizando hechos, cuestionando al texto, la intención del autor, analizando las formas de presentar la información.
7. Entretenerse	Texto literario. Artículo de opinión.	Leer relajadamente, anticiparse a los hechos o hacer hipótesis, verificarlas luego.

2. Glosario

¿Qué es?

Es un catálogo de palabras definidas específicamente dentro del contexto de una misma disciplina o de un campo de estudio, por ejemplo: ingeniería, ciencias, artes y humanidades. Es importante distinguirlas, porque nos permiten comprender de mejor manera los textos: La palabra “materia” o “positivo” es distinta para filosofía, ciencias, matemática, educación y otras.

¿Para qué sirve?

Se construyen para facilitar la comprensión de lo que estoy leyendo.

¿Cómo lo utilizo?

El glosario como técnica de estudio es personalizado, ya que se seleccionan los términos o palabras que no se identifican, conocen o no se comprenden y se investiga su significado.

El mismo significado, a veces, está incorporado en la definición que se entrega en el texto, artículo o libro. Si no, se recomienda que tu profesor o profesora te oriente sobre el uso de diccionarios, manuales o textos especializados.

Sugerencia: Usa el reverso de tu cuaderno de tu asignatura para colocar el glosario específico para dicha materia.

Ejemplo

GLOSARIO

Amenazas a la diversidad biológica

Actividad, proceso o acontecimiento natural o inducido por el hombre que causa o tiene la probabilidad de causar un efecto perjudicial para el estado o utilización sostenible de cualquier componente de la diversidad biológica.

Bioma

Comunidades ecológicas de seres vivos tales como microorganismos, plantas y animales. Estas comunidades se forman en función del entorno físico que forman, entre otros, la tierra, el aire y el agua de un área determinada. Por ejemplo, los desiertos las praderas y los bosques tropicales son biomas.

Angiospermas

Nombre común de la división o filo que contiene las plantas con flor, que constituyen la forma de vida vegetal dominante: son plantas que llevan los óvulos en una cavidad cerrada (ovario) que después se transforma en fruto. Son también conocidas como fanerógamas.

Área protegida

Área marina o terrestre legalmente protegida bajo jurisdicción pública o privada, que es regulada y administrada en función de objetivos específicos de conservación.

Asociación de organismos

Grupo de especies que viven en una misma localidad sin mantener inter.-relaciones o dependencia entre sí.

Autótrofos

Organismos que utilizan como fuente de carbono el dióxido de carbono y como fuente energética, la luz o la energía que se desprende en reacciones químicas. Las plantas, las algas verde-azuladas y algunas bacterias son organismos autótrofos.

3. Subrayado o destacado

¿Qué es?

Es destacar con una línea o distintos tipos de líneas o con un marcador las ideas que se creen fundamentales de la materia de estudio.

¿Para qué sirve?

Esta técnica facilita el estudio, la retención, la confección de esquemas y/o resúmenes y hace del aprendizaje un proceso activo y comprometido, mejora la atención y hace más corto y eficaz el repaso.

¿Cómo lo utilizo?

En cada párrafo se revisa la información y se identifican las palabras, ideas principales y secundarias o detalles.

Se subraya lo más importante y con distintos tipos de líneas y marcas, se destacan fechas o datos que se necesitará recordar. Es una estrategia individual, pues los colores y los tipos de línea se diseñan de acuerdo al gusto de cada uno.

Sugerencia: Para comenzar a subrayar puedes usar una regla, para que el resultado sea más ordenado. Si usas lápices destacadores, ordena los colores según tu gusto para diferenciar las ideas.

Ejemplo:

Ejemplo 2

El 25 de diciembre de 1884, un terremoto de gran intensidad afectó a las provincias andaluzas de Granada y Málaga y, en menor medida, a la de Córdoba. Tres días antes de que ocurriera el fenómeno se había percibido una fuerte sacudida en el observatorio sismológico de Lisboa que fue registrada por sus sismógrafos. El seísmo fue recogido por muchos observatorios sismológicos europeos, como el de Lisboa, París, Viena y Greenwich, entre otros. Duró, aproximadamente, desde las nueve de la noche del día 25 hasta las dos y media de la madrugada del día siguiente, con fuertes sacudidas verticales.

La extensión superficial afectada formó una elipse alargada de este a oeste con un diámetro mayor de 40 Km y uno menor de 10 Km, ocupando una extensión de unos 320 Km², con la sierra Tejeda en el centro de ésta...

Ideas principales

Ideas secundarias

VIANA, GERMÁN & GARCÍA, M. GÉOLOGA

4. El resumen

¿Qué es?

Resumir es convertir un texto de muchas palabras en otro con menor cantidad. Consiste en ordenar las ideas fundamentales manteniendo las palabras del autor(a), eliminando información considerada detalle.

¿Para qué sirve?

Facilita la comprensión de un texto, permite estudiar de forma eficiente y repasar la materia.

¿Cómo se hace?

Para resumir, se debe subrayar primero el texto, siguiendo las indicaciones del subrayado. Sintetiza el párrafo en las ideas principales.

Luego, se debe comenzar a redactar el resumen. Para ello, debes tener cuenta estas recomendaciones:

- Sustituye las expresiones detalladas por un *concepto generalizador*. Ej.: “Lluvia, viento, llovizna, granizo, nieve” se puede reemplazar por “fenómenos climáticos”.
- En el caso de expresiones que describen una larga secuencia de acciones, elige sólo *una acción que globalice todo*. Ej.: “Se dirigió al aeropuerto, confirmó su vuelo, esperó en la puerta de entrada y finalmente estaba en el avión”, puede ser reemplazada por “Tomó el avión”.
- Integra distintas oraciones amplias en una sola idea *empleando conectores*. Ej.: “Durante las elecciones los habitantes actuaron con responsabilidad cívica, asistiendo a

votar en las urnas. Este año correspondían las elecciones de alcaldes y concejales para el municipio”. Se sugiere: “Para las elecciones municipales se actuó con civismo”.

5. Esquema

¿Qué es?

Es la representación gráfica de un concepto atendiendo a sus características más significativas. Hacer un esquema para estudiar es crear una *síntesis gráfica*, clasificando en categorías las ideas principales e ideas subordinadas que completan la información.

¿Para qué sirve?

Se utilizan para facilitar el estudio de un tema, al organizar las ideas y distinguir las principales de las secundarias.

Ventajas de un esquema:

- Permite poner muchos contenidos en poco espacio.
- Facilita la retención y memorización por ser un gráfico visual.
- Favorece la comprensión, pues ordena las ideas clasificadas.
- Es una herramienta para el estudio.
- Es eficaz como apoyo para exponer trabajos.

¿Cómo lo utilizo?

Para diseñar un esquema se parte de un texto subrayado y se aíslan las ideas principales, luego se organizan los conceptos secundarios que se desprende de cada idea central.

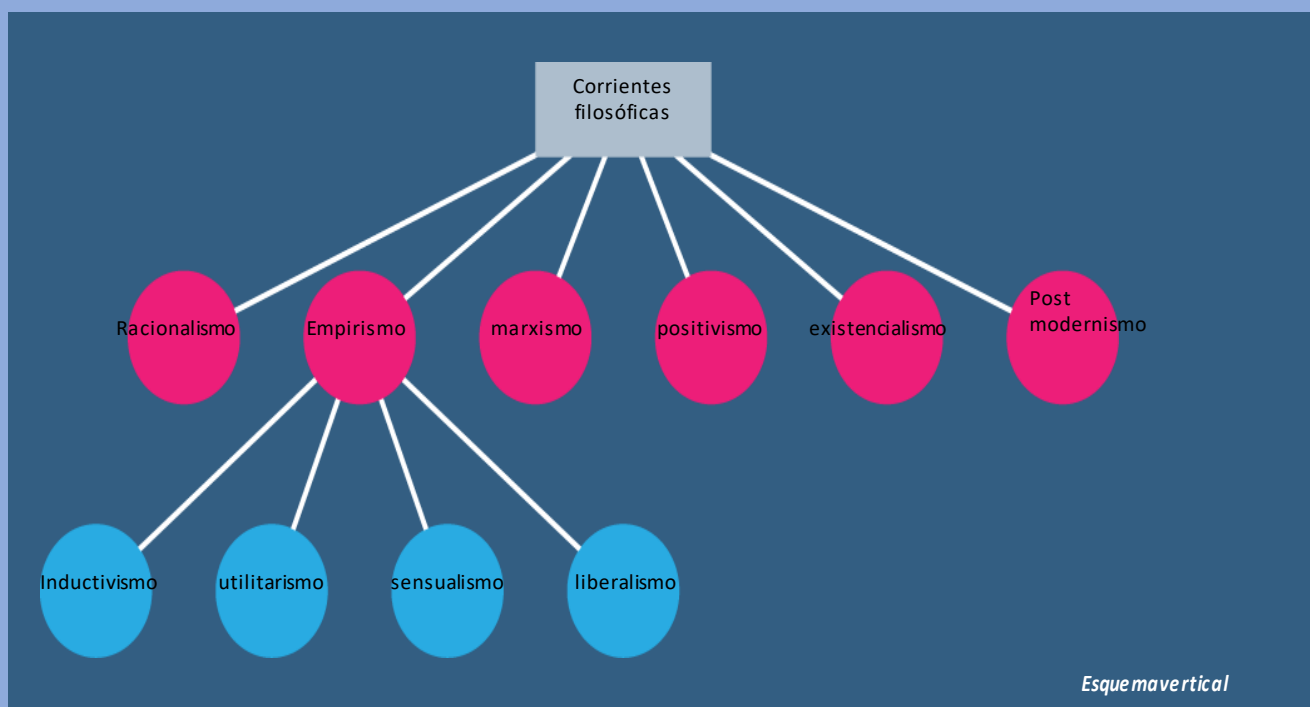
Los esquemas dependen de la información que tengo y el tipo de texto.

Se pueden clasificar de la siguiente manera:

Esquema vertical:

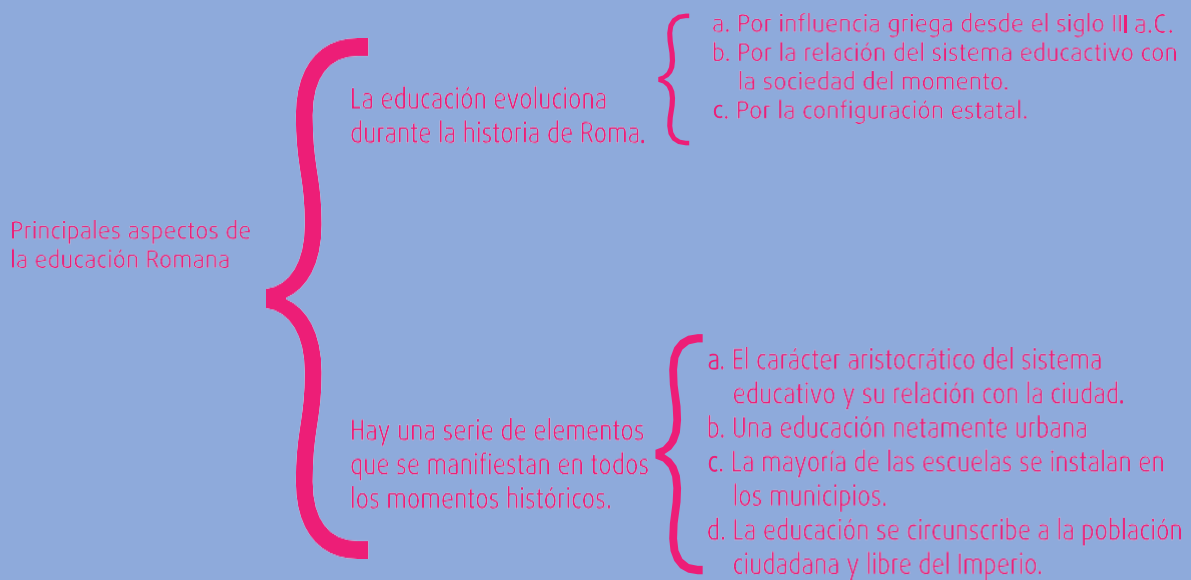
Se utiliza cuando se trata de un tema extenso en cuanto a contenido y con subtemas que agrupan gran parte de las ideas. Permite utilizar un espacio limitado, puesto que está construido desde arriba hacia abajo y en caso de un texto muy largo, se puede utilizar otra hoja de papel.

Este tipo de esquema, también llamado de árbol, que se utiliza con una estructura jerárquica, organizando las ideas desde la más amplia como eje y desde la cual se desprenden las ideas secundarias o terciarias.



Esquema de llaves o flechas:

Es recomendable utilizarlo cuando existen muchas subdivisiones. Son más títulos que ideas, pero distribuye visualmente en un solo espacio toda la información. No permite escribir demasiado, pues utiliza un espacio de izquierda a derecha que limita la cantidad de datos y no permite seguir escribiendo en otra hoja de papel.



Esquema numérico, de letras y símbolos:

Es recomendable utilizarlos al igual que el anterior, cuando hay muchas subdivisiones. Se organiza en base a una ordenación por letras, números o símbolos, según desees o necesites utilizar.

Las ideas principales van numeradas con 1, 2, 3, los subtemas van con otro número que se desprende y sangría a la derecha. En el tema 1, un subtema 1.1 y así sucesivamente los temas internos 1.2.1, etc.

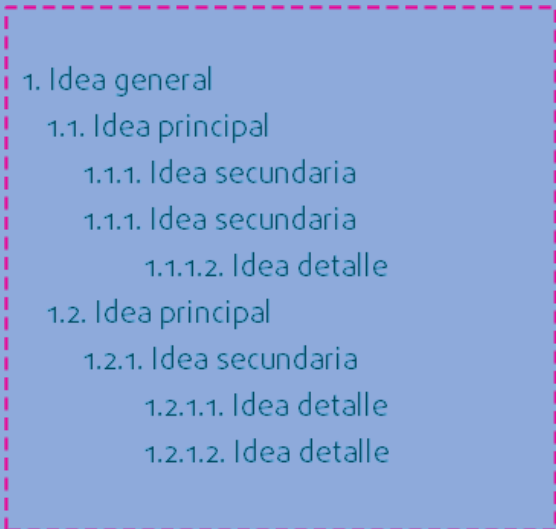
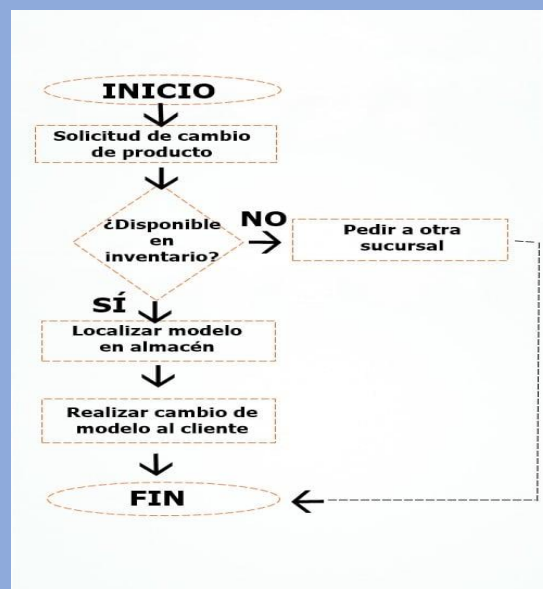
- 
- ```
graph LR; 1[1. Idea general] --> 1.1[1.1. Idea principal]; 1.1 --> 1.1.1[1.1.1. Idea secundaria]; 1.1.1 --> 1.1.1.1[1.1.1.1. Idea secundaria]; 1.1.1.1 --> 1.1.1.1.1[1.1.1.1.1. Idea detalle]; 1.1 --> 1.2[1.2. Idea principal]; 1.2 --> 1.2.1[1.2.1. Idea secundaria]; 1.2.1 --> 1.2.1.1[1.2.1.1. Idea detalle]; 1.2.1 --> 1.2.1.2[1.2.1.2. Idea detalle];
```
- 1. Idea general
    - 1.1. Idea principal
      - 1.1.1. Idea secundaria
        - 1.1.1.1. Idea secundaria
          - 1.1.1.1.1. Idea detalle
      - 1.2. Idea principal
        - 1.2.1. Idea secundaria
          - 1.2.1.1. Idea detalle
          - 1.2.1.2. Idea detalle

**Diagrama:** presenta sólo palabras y conceptos en forma gráfica, mostrando las relaciones entre las partes. Este tipo de esquema se usa preferentemente para organigramas, clasificaciones, jerarquías, pero no permite frases ni oraciones completas, es el más sintético de todos.

En este tipo de esquemas se clasifican también los diagramas de flujo e infogramas, cuya principal característica es describir los pasos, características o ciclos de un proceso.

Diagrama de flujo



Infograma



## 6. Mapa conceptual

### ¿Qué es?

El mapa conceptual es una técnica que permite el aprendizaje significativo mediante el acto de pensar en las relaciones entre los conceptos relevantes de un tema. Consta de tres partes:

- *Conceptos o palabras clave. Ejemplos: libro-atmósfera-animales-etc.*
- *Palabras de enlace. Ejemplos: es-para-tienen-son-están-etc.*
- *Proposición o ideas. Ejemplos: “Es una ciudad industrializada”.*

### ¿Para qué sirve?

El mapa conceptual sirve para aprender sobre un tema. Se usa para representar un conjunto de significados y las relaciones entre los conceptos de los contenidos externos, además de los conocimientos que ya se tienen. También permite planificar y regularlas estrategias en el proceso de aprender.

### ¿Cómo lo utilizo?

Para confeccionar un mapa conceptual, debes tener en cuenta la información con la que trabajarás.

Si es un texto, primero debes subrayar y seleccionar las ideas a destacar. Si es para organizar la información que debes manejar, por ejemplo, antes de un examen, debes hacer una lista sobre aquello que sabes, luego se deben ordenar jerárquicamente, es decir, desde las más importantes a los detalles. Luego se van organizando según las palabras de enlace que les corresponda.

## Ejemplo:

Texto: “Existen muchas clases de animales que pueden ser vertebrados o invertebrados. Dentro de los invertebrados encontramos insectos y arácnidos como la hormiga o el escarabajo y la araña roja o la tarántula respectivamente, que son todos ellos artrópodos”.

Lectura y selección de ideas principales. Luego, encierra en un cuadro (o la figura geométrica que estimes conveniente) los conceptos claves: animales, vertebrados, invertebrados, insectos, arácnidos, hormiga, escarabajo, araña roja, artrópodos.



## 7. Mapa semántico

### ¿Qué es?

Es otra forma de organizar la información y clasificar las ideas. Permite distribuir gráficamente la información, dentro de categorías relacionadas con un concepto central. Se caracterizan por el uso de imágenes y colores con los que se representa.

### ¿Para qué sirve?

Es una estrategia diseñada para el estudio y dar solución a problemas, así como la toma de decisiones. Permite la mirada en perspectiva.

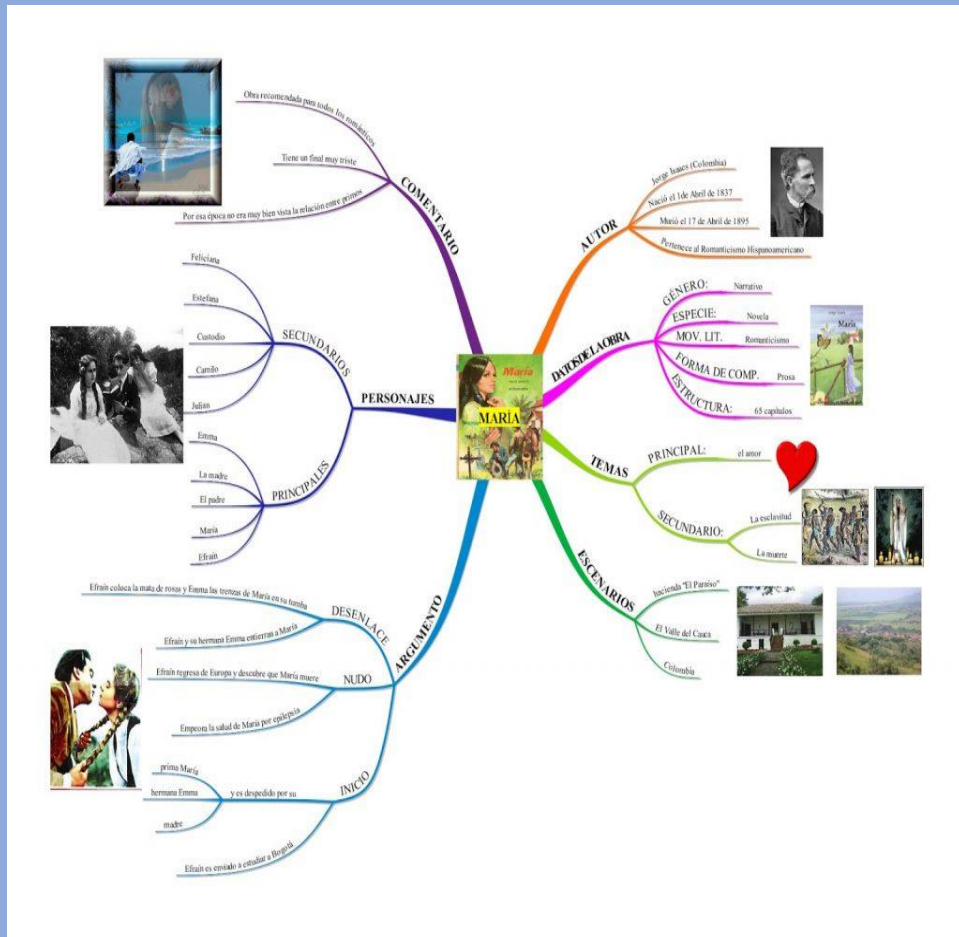
### ¿Cómo se hace?

Se confecciona a partir de una idea central, de la cual se desprenden características o conceptos que la definen.

Se debe comenzar en orden de izquierda a derecha (se lee en el mismo sentido que avanzan las manecillas del reloj). De una idea principal salen “ramas” que son las ideas secundarias.

Se debe construir de manera espontánea a partir de una lluvia de ideas, las cuales --en una primera y segunda revisión-- se reconsideran las asociaciones y se descubren otras.

Recuerda que se debe utilizar el color para los temas diferentes y sus asociaciones.



## Palabras Finales

La idea de este documento, creado para los estudiantes de nuestro Colegio, apunta fundamentalmente a diversificar los caminos de acceso a la información de manera eficaz y eficiente, esto es, generar una metodología adecuada que permita que cada uno de nuestros alumnos pueda comprender, interpretar, analizar, evaluar y criticar la multiplicidad de textos a los que se halla enfrentado.

La adopción de una o varias formas de estudio conducirá, inexorablemente, al desarrollo de la habilidades y destrezas necesarias para afrontar cualquier desafío académico en cualquier nivel de la enseñanza.

Esperamos que sea un aporte, también, para ustedes y lo sepan aprovechar.

Muchas Gracias.