



## SUGERENCIAS PRÁCTICAS PARA UN ESTUDIO SIGNIFICATIVO

Para Apoderados/as, Familia y Estudiantes.

El presente material de apoyo tiene por objetivo colaborar con el trabajo escolar realizado en casa, queriendo ser un aporte a nuestros estudiantes y apoderados/as, en este escenario nacional debido a la contingencia de salud a nivel nacional por COVID-19.

### IMPORTANTE RECORDAR.

#### ¿Qué es el estudio?

El estudio es una actividad personal consciente y voluntaria para analizar, comprender y profundizar conocimientos y experiencias, poniendo en funcionamiento todas las capacidades intelectuales del individuo.

#### ¿Qué es estudiar?

Estudiar es la acción para adquirir conocimientos, informaciones y habilidades, con el fin de aplicar lo aprendido.

### VENTAJAS DE UNA ADECUADA PLANIFICACIÓN.

- Hace posible distribuir equilibradamente la jornada diaria, semanal, etc., tomando la debida consideración de las necesidades particulares del estudiante en cuanto a estudio, recreación y otras actividades de la vida diaria.
- Facilita la concentración al crearse el hábito de estudiar determinadas materias, en un instante y lugar también determinado.
- Permite sentirse seguro al dominar las materias en estudio y obtener una mayor confianza en sí mismo, superar el nerviosismo causante tantas veces de una conducta inadecuada, frente a interrogaciones, exámenes, la vuelta a clases, etc.
- Evita los sentimientos de culpa que resultan del no estudiar y lleva a gozar abiertamente del resto de las horas del diario vivir que se sienten legítimamente ganadas y no robadas a las horas de estudio.

El sí de la familia marianista

**SUGERENCIA DE LA DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO DE ESTUDIO O DE TRABAJO ESCOLAR**

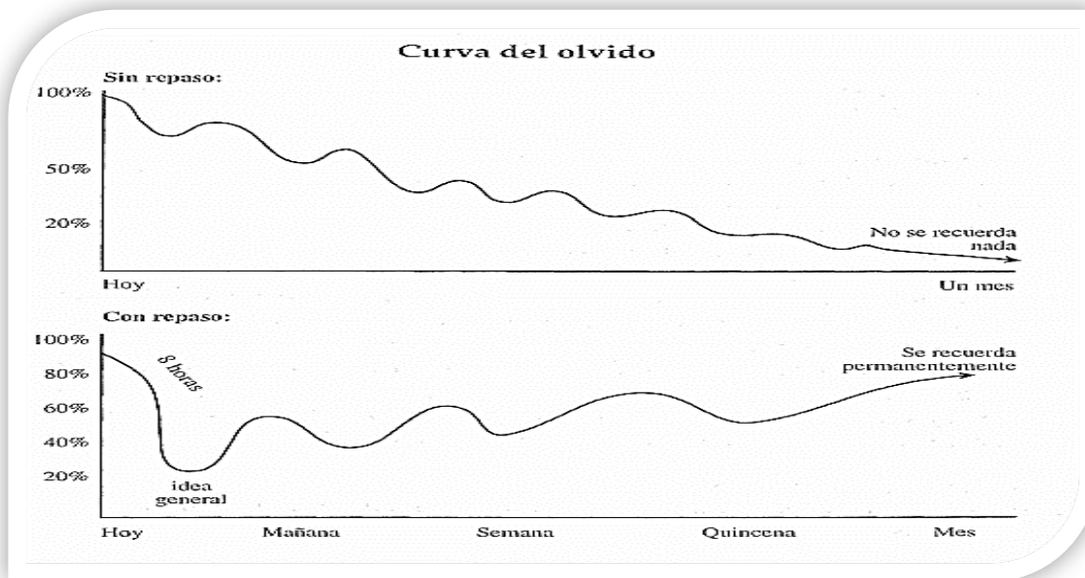
Secuencia de actividades según distribución del tiempo  
(enseñanza media)

1	Repaso materias de hoy	10 min.
2	Repaso materias de mañana	10 min.
3	Tareas que me agradan	10 min.
	<b>Recreo (no más de 10 min.)</b>	
4	Tareas, estudio difícil	20 min.
5	Tareas, estudio fácil	20 min.
	<b>Recreo (no más de 10 min.)</b>	
6	Preparación trabajos	15 min.
7	Preparación de pruebas con anticipación	20 min.
8	Lectura personal	15 min.
<b>Total</b>		<b>2 horas</b>

**DESTREZAS BÁSICAS PARA UN ESTUDIO EFICAZ**

1	Leer y comprender	5	Preparar pruebas	9	Hacer esquemas
2	Hacer preguntas clave	6	Tomar decisiones	10	Usar el diccionario
3	Hacer resúmenes	7	identificar señales del texto	11	Repasar
4	Tomar apuntes	8	Subrayar	12	Autocontrol

**IMPORTANTE NO DEJAR DE ESTUDIAR**



**TIPOS DE ESTRATEGIAS PARA ESTUDIAR Y EJEMPLOS**

**Percepción y observación**



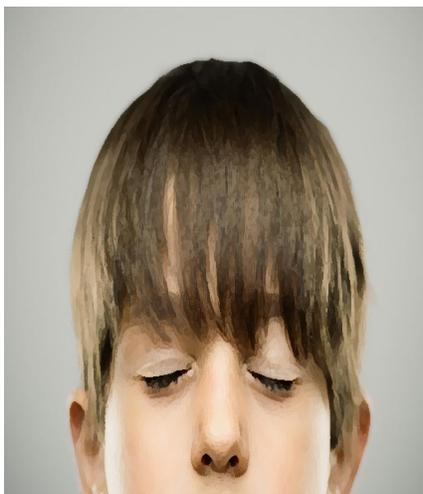
- Observar un personaje y sus características.
- Indicar qué sentimientos muestra un personaje determinado, etc.
- Buscar palabras ocultas entre letras en forma horizontal, vertical y diagonal.
- Pida nombrar los elementos de un planisferio según un criterio determinado (geográfico, físico, político, económico).

**Clasificación y comparación**



- Realice clasificaciones dicotómicas donde los elementos se dividen entre los que tienen una cualidad y otros que no la tienen. Este tipo de clasificación se usa mucho en ciencias naturales.
- Ejecutar la clasificación jerárquica, o sea la distribución de todos los elementos en varias clases que a su vez se subdividen en otras clases hasta llegar a tener un único elemento.
- Formar categorías basadas en función, tamaño, forma, efecto o algún otro criterio.
- Clasificar países según sus características físicas, políticas, económicas, etcétera.

**Desarrollar la concentración**



- Tengan un lugar para estudiar, cómodo, ventilado. Promueva adquirir una buena postura.
- Incentive el interés y curiosidad respecto al material de estudio.
- Promueva estar libre de estímulos que perturben el objetivo de estudiar, aislarse de elementos distractores como radio, televisión, afiches, visitas, etcétera.
- Acostumbre a los alumnos a anotar las cosas pendientes para poder realizarlas una vez terminado el período de estudio programado.
- Subrayar, esta técnica mantendrá atento y ocupado al estudiante.
- Trabaje con la información elaborando por escrito esquemas o resúmenes que mantendrá ocupado al alumno ordenando su pensamiento para elaborar una síntesis.

### Desarrollo de la memoria



- Motive a darle un significado a lo que se va a estudiar.
- Aprender con intención, selectivamente.
- Pida repetir la información.
- Alternar períodos de estudio y descanso.
- Amplia información sobre el tema (esto permite tener una visión más amplia y mayor capacidad de retención).
- Reducir la cantidad de elementos a memorizar.
- Usar sistema de clasificación (ordenar la información).
- Motive a repasar antes de dormir porque hay menos interferencias de otras actividades.
- Conozca el uso y la utilidad de la información (ayuda a retenerla)

Material recopilado y ajustado del libro; A ESTUDIAR SE APRENDER, metodología de estudio sesión por sesión.