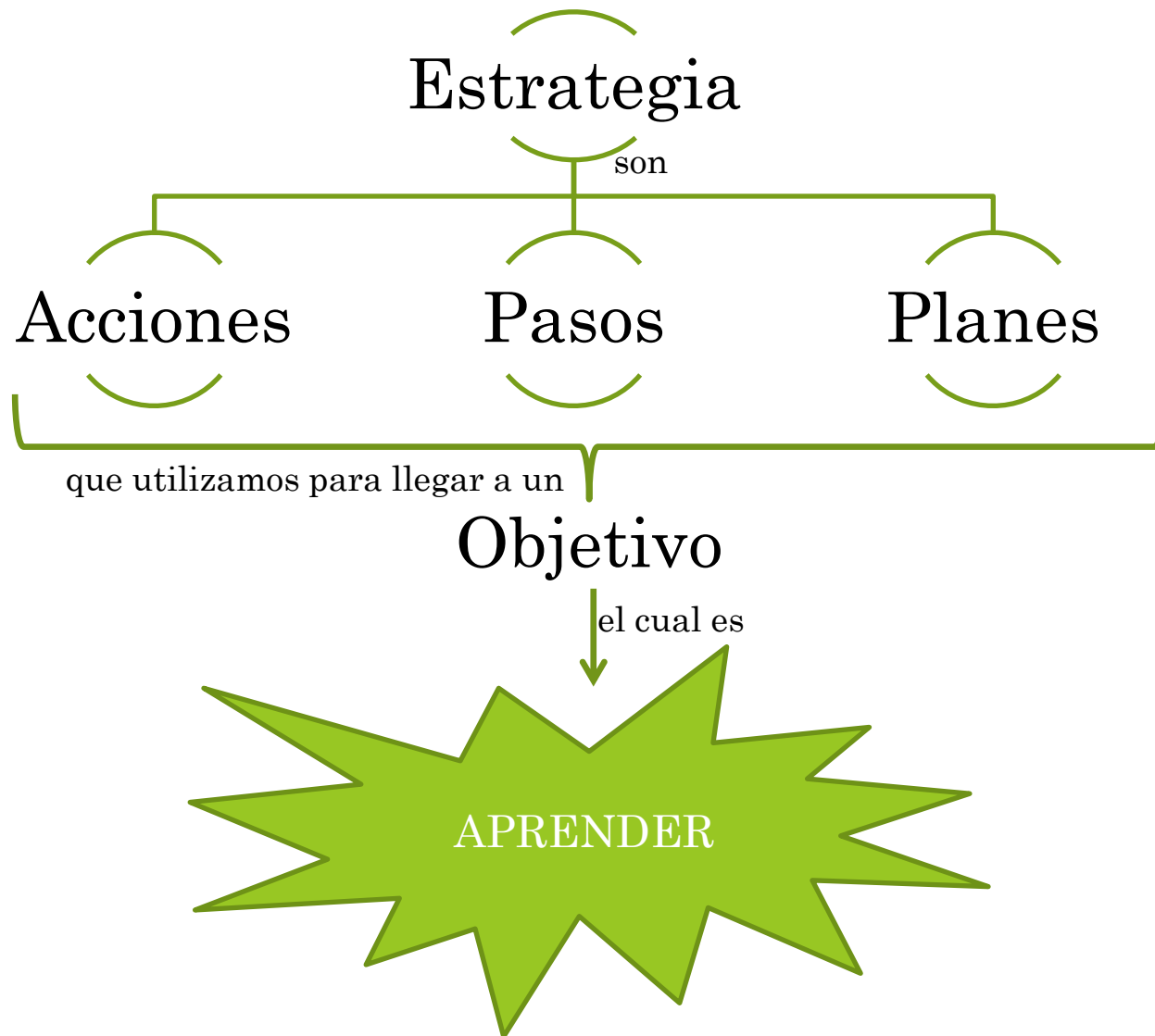




ESTRATEGIAS PARA ESTUDIAR DURANTE LA CUARENTENA

Técnicas y tips de estudio

¿QUÉ ES UNA ESTRATEGIA Y PARA QUÉ LA NECESITAMOS?



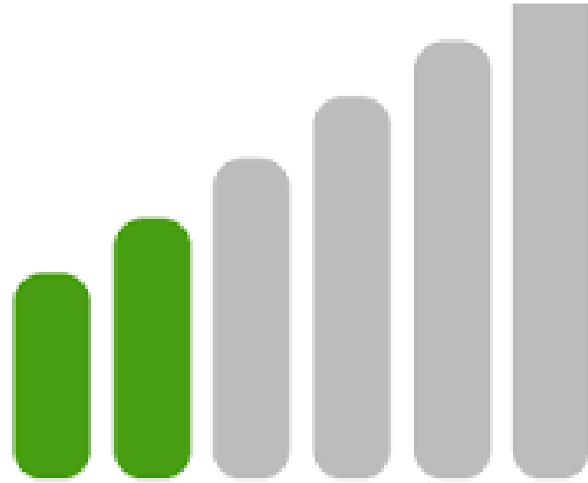
¿QUÉ ESTRATEGIAS NECESITAMOS PARA APRENDER?

1. Crear un ambiente adecuado y permanente para el estudio:

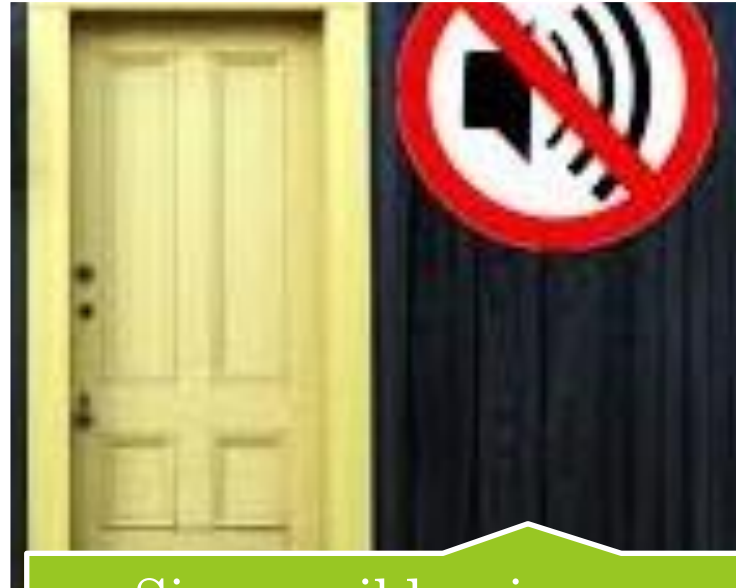


Utiliza un escritorio o la mesa del comedor





Reduce el ruido
(música o ambiente)
al mínimo



Si es posible, cierra
puertas e intenta aislarte
de conversaciones, TV o
ruidos externos





¡DESCONECTATE!!

Pon tu celular en “silencio”. Apaga TV, computador y lo que NO necesites para estudiar.



Adiós a las redes sociales
Usa internet solo para hacer investigaciones.

Tranquilos, solo es por unos minutos.



UNA VEZ QUE CREAMOS TU AMBIENTE PARA EL ESTUDIO

2. Buscar materiales de apoyo que puedas conseguir:

- ✓ **Lámpara** → Idealmente una luz blanca ya que evita el cansancio, sueño y dolores de cabeza.
- ✓ **Lápices y post-it** → destacadores, lápices de colores, papeles y otros que permitan marcar palabras e información clave.
- ✓ **Calendario** → consigue o haz un calendario y ponlo en tu escritorio para que anotes y recuerdes fechas importantes de pruebas o entregas de trabajos.



- ✓ **Diccionario** → si no comprendes alguna palabra durante el estudio, procura buscarla. Puedes usar Google, siempre y cuando, luego no entres a redes sociales.
- ✓ **Basurero** → ten a mano algo para desechar hojas que no sirven. Así, evitas pararte a cada rato, distraerte y desconcentrarte.
- ✓ **Motivador** → piensa en un “premio” que te obsequiarás al terminar tu estudio. Puede ser un chocolate, jugar en línea, estar en tus redes sociales, etc. **No te autoengañes** premiándote si no has terminado. Finalmente, solo tú pierdes.



AHORA QUE TENGO TODO LISTO. ¿CÓMO ESTUDIO?: UTILIZANDO TÉCNICAS DE ESTUDIO

1. Técnicas para recordar y comprender información

- Lectura general del texto
- Identificación de ideas centrales
- Subrayado y escritura al margen



1. TÉCNICAS PARA RECORDAR Y COMPRENDER INFORMACIÓN

- **Lectura general del texto** (en este caso, un cuento)



Moonwalker

PREMIO DEL PÚBLICO
SANTIAGO EN 100 PALABRAS 2009

El Maikol es bien conocido en la población. Su mamá era fanática del rey del pop, por eso el nombre. Claro que al Maikol le gusta el reggaetón, igual que a su vecina, la Britney. Pero a la mamá del Maikol le cae mal la Britney. Le dice que mejor invite a salir a la Madonna, para no desperfilarse. Cada vez que le dice eso, él se encoge de hombros, hace un sonido agudo con la voz y sale de la pieza caminando hacia atrás.

Chris Cornejos, 31 años, San Miguel



- **Identificación de ideas centrales:** La tarea se hace más fácil si dividimos el texto en párrafos y rescatamos las ideas centrales de cada uno.

Personajes: Principal y secundarios

Lugar donde se desarrolla la historia

Problema o conflicto

Desenlace



○ Subrayado y escritura al margen

Notas

“El Maikol es bien conocido en la población. Su mamá era fanática del rey del pop, por eso el nombre. Claro que al Maikol le gusta el reggaeton, igual que a su vecina, la Britney. Pero a la mamá del Maikol le cae mal la Britney. Le dice que mejor invite a salir a la Madonna, para no desperfilarse. Cada vez que le dice eso, él se encoge de hombros, hace un sonido agudo con la voz y sale de la pieza caminando hacia atrás”.

Maikol: Personaje principal

→ Michael Jackson

Mamá: Personaje Secundario

Britney: Personaje secundario

Madonna: Personaje secundario

→ Problema o conflicto

→ ¿Qué significa? Buscar en el diccionario o Google

→ Desenlace

→ Lugar donde ocurre la historia



2. Técnicas para analizar y aplicar

- Resumen
- Mapa conceptual



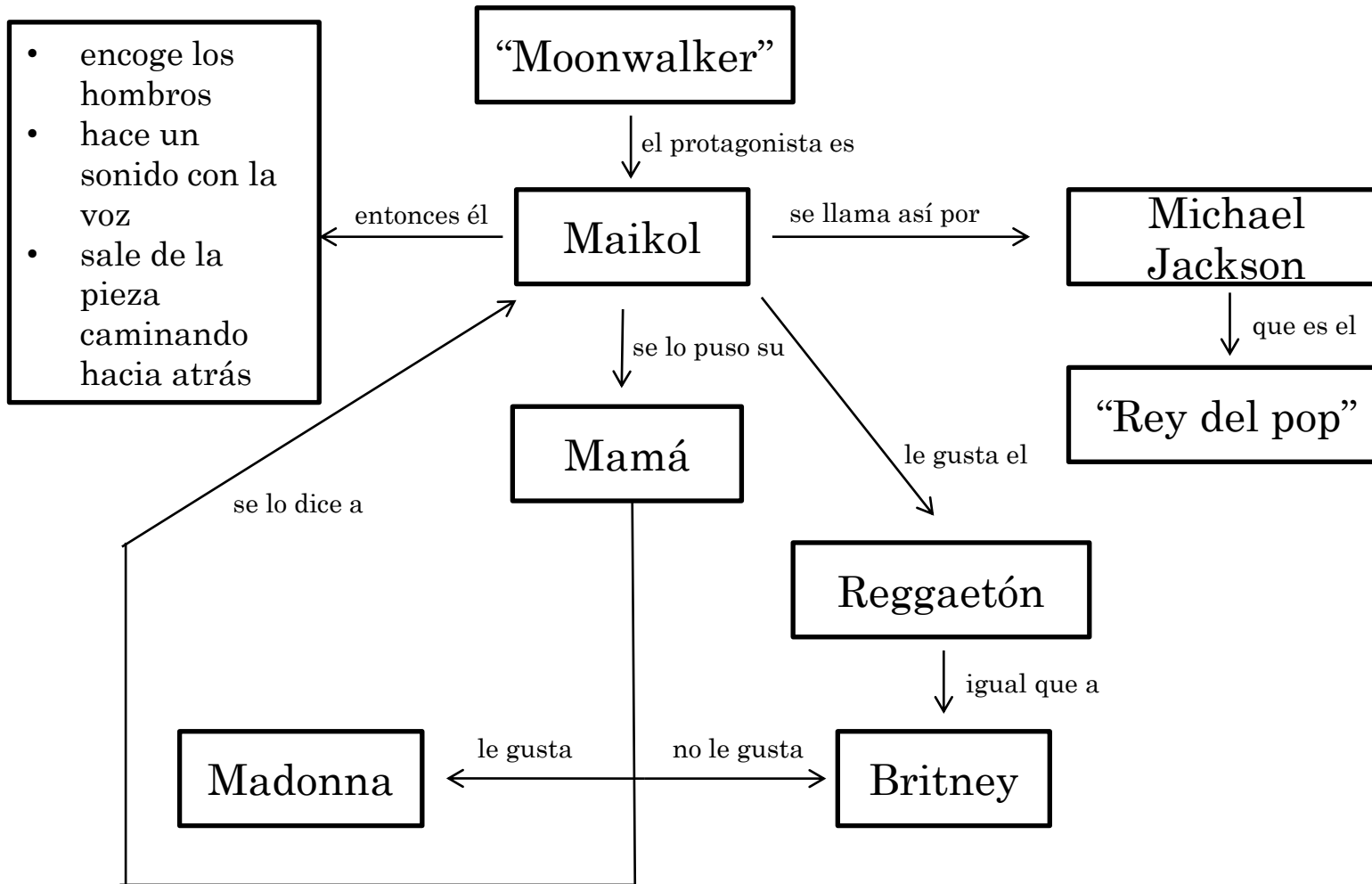
○ Resumen

Había un joven, Maikol. Era conocido en su población. Su mamá le puso así porque era fanática de Michael Jackson. Pero a Maikol la gusta el reggaeton, igual que a Britney, su vecina.

A la mamá no le gusta que su hijo se junte con Britney, prefiere a Madonna. Cuando le dice eso a Maikol, él hace un sonido, sube los hombros y sale de la pieza caminando hacia atrás, como lo hacía Michael Jackson.



Mapa conceptual



3. Técnicas para crear y evaluar

- Elaboración de fundamentos, hipótesis o argumentos
- Elaboración de cuestionarios



○ Elaboración de fundamentos, hipótesis o argumentos

“¿Por qué se llama Maikol y no Michael?”

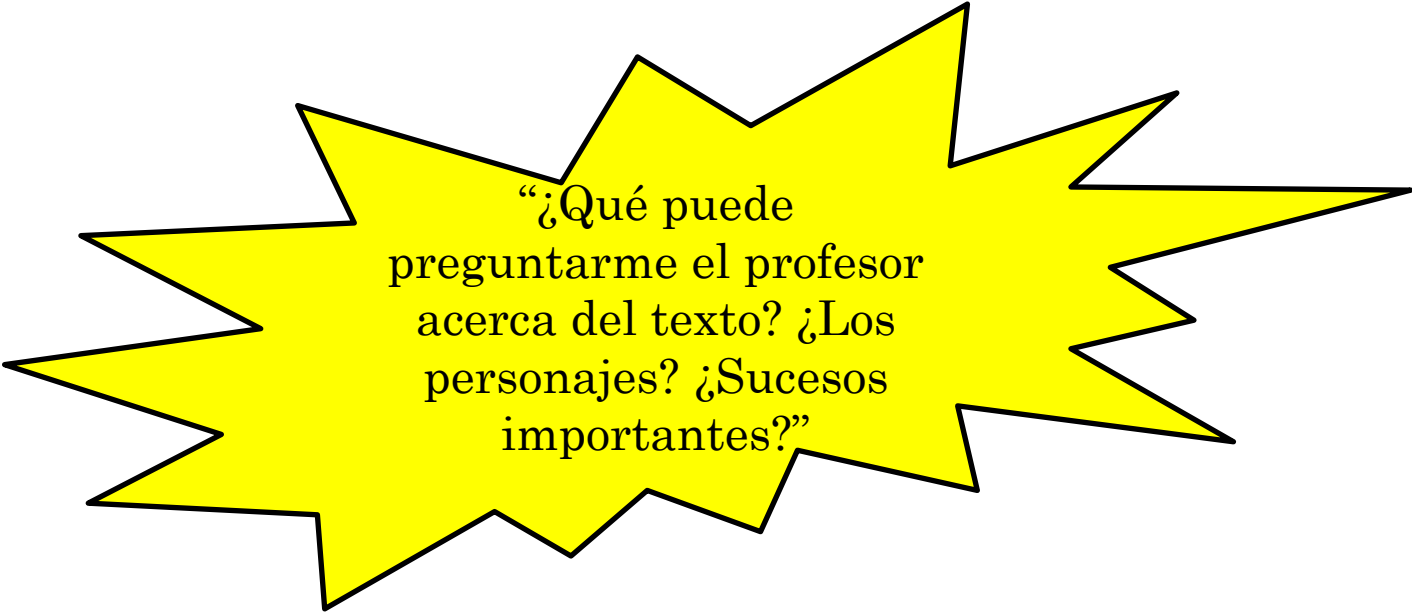
“¿Qué hubiese pasado si Maikol no se quedaba en silencio y le contestaba de mala manera a su mamá?”

“Pienso que la mamá fue prejuiciosa con Britney. Solo no le gustaba porque Madonna (la cantante) fue más exitosa que Britney (Spears).”



○ Elaboración de cuestionarios

Si fueras el profesor, ¿Qué le preguntarías de la materia a tus alumnos en la prueba?



“¿Qué puede preguntarme el profesor acerca del texto? ¿Los personajes? ¿Sucesos importantes?”

Escribe las preguntas y respóndelas tu mismo. Te ayudará a recordar y repasar la materia.



Y LO MÁS IMPORTANTE: ¿POR CUÁNTO TIEMPO DEBO ESTUDIAR?

¡¡Usa la “**Técnica Pomodoro**”!! (Creada por Francesco Cirillo)



“TÉCNICA POMODORO”

- El tiempo es determinante en la buena cocina.

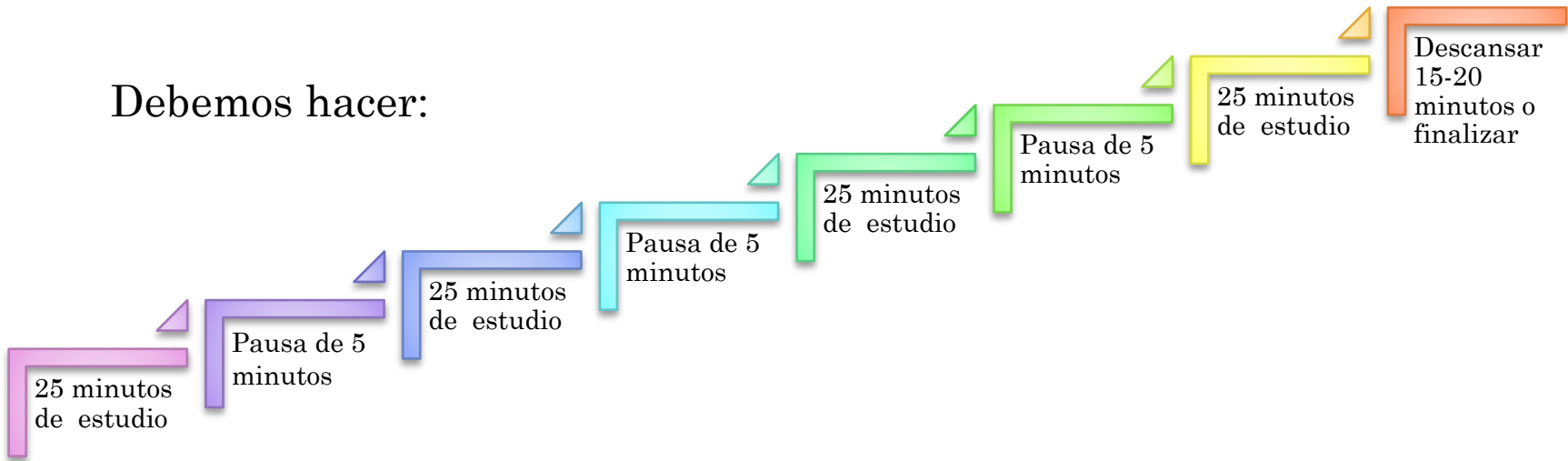


- Es por eso que existen los cronómetros de cocina.
- Fue justamente un cronómetro en forma de tomate lo que inspiró a Francesco Cirillo



¿CÓMO FUNCIONA?

Debemos hacer:



- Dividir el trabajo en periodos cortos permite concentrarse y terminar en menos tiempo y sin cansancio mental.
- Cuando se completan cuatro periodos de estudio (4 periodos de 25 minutos), es decir 100 minutos, el descanso debe ser de 15 a 20 minutos. Si lo deseas, puedes terminar el estudio y retomar según tu horario establecido.



“

Continúa estudiando.
El cansancio es temporal,
la satisfacción es para
siempre.

”

