



I.- HÁBITOS DE ESTUDIO

- En el lugar de estudio debes tener las condiciones y características necesarias, sean físicas, ambientales y escolares (espacio, orden, limpieza, iluminación, silencio, calculadora, libros, apuntes y materiales de trabajo correctamente ordenados, etc.).
- El horario debe ser organizado con una frecuencia de horas de estudio que respetes, aun cuando no tengas evaluaciones al día siguiente.

Las jornadas de estudio deben durar entre 30 y 45 minutos con pausas de 15 minutos, dedicando mayor tiempo a los subsectores que te presenten mayor grado de dificultad.

- Diariamente, luego de regresar del colegio, dedica aproximadamente una hora para descansar y alimentarte adecuadamente (cantidad y calidad nutritiva).
- Debes planificar el horario de cada semana y de cada día, intentando con fuerza cumplir el plan que te has trazado.
- Tu promedio de horas de sueño no debiera ser inferior a 7 horas diarias.
- Por último, diseña un plan con las metas que tú deseas alcanzar para el presente año de estudio.

II.- MÉTODO DE ESTUDIO.- COMPRENSIÓN DE LECTURA EN ETAPAS (PLHER)

ACTIVIDADES		OBJETIVOS
1. PRELEER (Sinopsis)	<ul style="list-style-type: none"> _ Hojear, echar un vistazo _ Leer título y subtítulos _ Revisar el inicio y las conclusiones _ Leer primera línea de cada párrafo si el texto es breve. 	<ul style="list-style-type: none"> _ Anticiparse al tema _ Obtener una idea general _ Captar la estructura del texto
2. LEER (y subrayar)	<ul style="list-style-type: none"> _ Leer párrafo a párrafo _ Usar diccionario _ Subrayar conceptos clave _ Realizar síntesis al margen. _ Crear subtítulos _ Crear preguntas 	<ul style="list-style-type: none"> -Desarrollar máxima concentración _ Comprender el significado
3. HABLAR	<ul style="list-style-type: none"> _ Expresar en forma oral las ideas de los párrafos _ Contestar las preguntas previas, oralmente _ Exponer brevemente el tema, enseñar a otro _ Usar palabras propias 	<ul style="list-style-type: none"> -Recordar y reforzar las ideas principales _ Evaluar su propia comprensión
4. ESCRIBIR (sintetizar)	<ul style="list-style-type: none"> _ Sintetizar el tema _ Elegir ejercicios modelo _ Confeccionar esquemas, diagramas, cuadros comparativos, etc. _ Redactar las ideas 	<ul style="list-style-type: none"> Organizar la materia, instalarla y retenerla _ Elaborar materiales que faciliten la retención de las ideas

	principales, hacer resúmenes. _ Construir mapas conceptuales	
5. REPETIR	- Releer lo subrayado _ Practicar ejercicios _ Repetir las ideas centrales _ Contestar preguntas tipo _ Releer y memorizar, con apoyo de las síntesis _ Repasar periódicamente. _ Revisar lo olvidado _ Simular pruebas	_ Reforzar lo aprendido _ Asegurar su permanencia a largo plazo

III. TÉCNICAS DE ESTUDIO GENERALES

Existen algunas técnicas para organizar la información que pueden ser utilizadas en la mayoría de tus asignaturas de estudio. A continuación te presentamos las más utilizadas, aplícalas y verás lo atractivo que puede ser tu estudio, y cómo serás capaz de aprender y mejorar tu capacidad para memorizar las materias. Aquí están:

1. Subrayado:

Esta técnica consiste en destacar mediante un trazo, líneas, rayas o señales, las frases principales y palabras claves de un texto, tales como: conceptos técnicos o específicos del tema que estamos estudiando y/o algún dato relevante que permita una mejor comprensión, además de subrayar los verbos, sustantivos y adjetivos.

Esta técnica ayuda a fijar la atención en lo principal, a ocupar menos tiempo en el repaso de las materias y favorece el estudio activo. Para eso, te sugerimos utilizar lápices o destacadores de distinto color para diferenciar las ideas principales de las secundarias. Esto debes hacerlo después de haber leído el texto dos veces.

Importante:

“Nunca subrayes en la primera lectura porque todo te parecerá importante”.

“Ten a mano un diccionario de significados, para así buscar aquellas palabras que no conoces y entender mejor lo que lees”.

Ejemplo de texto subrayado:

LOS MAMIFEROS

Los **mamíferos** son un grupo de **vertebrados** que **se caracterizan**, sin excepción, **por la presencia de glándulas mamarias**, de ahí que estos animales reciban la denominación de mamíferos. Las **glándulas mamarias** les **sirven** para **alimentar** a sus **crías** ya que **secretan leche**, un **alimento** muy completo con un **alto valor nutritivo**.

Hay una gran **variedad** de mamíferos, desde mamíferos **muy pequeños** como la **musaraña** o ciertos murciélagos hasta **otros muy grandes** como los **elefantes** o los rinocerontes.

2. Esquemas:

Estos ordenadores gráficos te permite ordenar, en niveles de importancia o niveles jerárquicos, los contenidos de un tema, mostrando, además, el desglose de ideas secundarias a partir de una idea principal. Existen los esquemas tipo: llave, ramificado, numérico, con letras y mixtos (números y letras).

Se presenta un esquema tipo llave, como ejemplo:



3. Cuadros comparativos:

Este tipo de organizador gráfico es un excelente medio para resumir bastante información sobre distintos temas en un espacio reducido y claro, siempre que las situaciones, elementos o conceptos a organizar sean comparables entre sí en varios aspectos.

A continuación se presenta un cuadro comparativo como ejemplo a considerar:

	PINTURA ROMÁNICA	PINTURA GÓTICA	ESCULTURA ROMÁNICA	ESCULTURA GÓTICA
ÉPOCA	siglos XI-XII	siglos XIII-XV	siglos XI-XII	siglos XIII-XV
MATERIAL	fresco	fresco y óleo	piedra y madera policromada	piedra
SOPORTE	muro, tabla y libro	tabla y libro	edificio y exenta	edificio y exenta
UBICACIÓN	muro y ábside	ábside	portada y capiteles	portada
FUNCIÓN	didáctica y decorativa	decorativa	didáctica y decorativa	decorativa

4. Sistema de fichaje:

Este consiste en una técnica para clasificar y sintetizar información relevante, que debe presentar las siguientes características:

Debe contener información específica y acotada.

Debe tener orden de tipo temporal, causal o que apunte desde lo general a lo particular.

Debe ser claro visualmente, cuidando el formato de la letra, el orden y presentación de la información.

Existen 3 tipos de fichas

Ficha Vocabulario: sirve para sintetizar diversos conceptos, incorporando sólo aquellos aspectos que sean claves para su definición y comprensión. Útil al momento de enfrentar conceptos nuevos o de difícil manejo, y que es preciso memorizar. Se deben ordenar las fichas en orden alfabético.

Ej:

Ficha vocabulario N°
<ul style="list-style-type: none">_ Palabra: PERSEVERANCIA_ Definición: constancia, firmeza o tesón en la realización de algo_ Sinónimos: insistencia, empeño, tenacidad, persistencia_ Antónimos: dejadez, inconstancia_ Por ej.: Los alumnos perseverantes logran sus metas

Ficha Bibliográfica: utilizada para organizar información referente a libros, revistas o material impreso. Útil para obtener una idea general de cada publicación en cuanto a materia tratada y autor. También se recomienda ordenar por orden alfabético.

Ej:

Ficha bibliográfica N°
<p>Título: Papelucho y mi Hermana Ji</p> <p>Autor (es): Marcela Paz</p> <p>Año: 1964</p> <p>Género: Infantil</p> <p>Resumen: Las aventuras de Papelucho y su hermana, quien resulta ser mas inquieta y vivaz que el. Entre otras cosas Ji tiene la costumbre de desaparecer y el unico que la puede encontrar es Papelucho, quien es capaz de ponerse en el lugar de su hermana y pensar como ella.</p>

Ficha Técnica: sirve para presentar y organizar material relevante, a través de una serie de puntos centrales (estructura guía). Estos puntos variarán de acuerdo al tipo de material y objetivo de la ficha, pero siempre debieran incluirse los aspectos mínimos necesarios para una aproximación a lo esencial del fenómeno. Por ejemplo, si se desea describir una investigación, los puntos centrales serán Título, Autor, Objetivos, Metodología, Resultados y Conclusiones. Si se abordan teorías, éstas debieran organizarse de manera de describir el Nombre de la teoría, Creadores, Principios fundamentales y Ámbito de aplicación. Útil cuando es preciso comprender y relacionar diversas teorías o postulados, en diversas asignaturas.

Ej:

Ficha Álgebra N° __
<p>Tema o Concepto: Teorema de Pitagoras</p> <p>Axioma o principio: En un triangulo rectangulo, la suma de los cuadrados de los catetos es igual al cuadrado de la Hipotenusa.</p> <p>Formula:</p>

Aplicación: si $a=2$ y $b=5$, entonces $c=?$,

$$(4+25)=c^2$$

$\sqrt{29}=c$; entonces $c= 5.385$

5. Mapas conceptuales

Es una técnica que tiene por objeto representar relaciones significativas entre dos o más conceptos o términos unidos por palabras para formar una unidad semántica.

Características ventajosas de los mapas:

- _ Dirigen la atención sobre un número de ideas importantes en las que debe concentrarse el aprendizaje.
- _ Pueden hacer las veces de “mapa de carreteras” donde se muestran algunos de los caminos que se pueden seguir para conectar los significados de los conceptos.
- _ Proporcionan un resumen esquemático y ordenado de todo lo aprendido, facilitando la comprensión, el aprendizaje y el recuerdo.
- _ Son jerárquicos, es decir, los conceptos más generales van situados en la parte superior del mapa y los conceptos progresivamente más específicos, en la inferior.



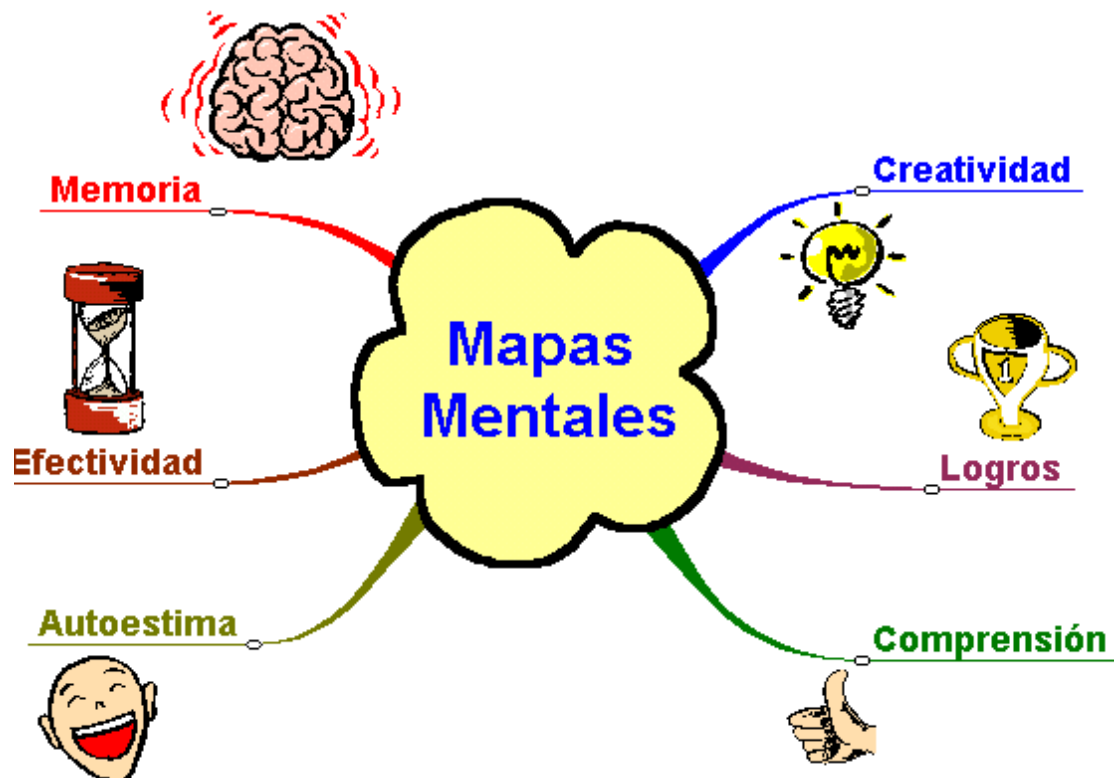
6. Mapas mentales

Es una estrategia que consiste en la representación gráfica de conceptos organizados en un todo, formado por imágenes, líneas, palabras, símbolos, colores, que permiten comprender y memorizar la información que representan.

Pasos para elaborar un mapa mental:

1. Utiliza hoja blanca en sentido horizontal y ubica en el centro el tema o concepto que quieres desarrollar.
2. En torno al centro se despliegan en ramas el resto de los conceptos que dependen de la idea central o se relacionan con ella(ideas secundarias)
3. El mapa se comienza a elaborar en el sentido de las agujas del reloj.
4. Para cada idea secundaria se usan líneas y flechas de distinto color
5. Usar símbolos, imágenes que representen visualmente la idea. Las palabras que sean mínimas, sólo sustantivos, adjetivos o verbos y se escriben sobre las líneas. Se usa letra clara en diferentes formas y tamaños.


Ejemplo:



IV. TÉCNICAS DE ESTUDIO POR DEPARTAMENTOS

A)

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS.-


Método	TECNICAS AUXILIARES
1. Reunir y ordenar todo el material disponible: apuntes, guías, textos, presentaciones (Power Point)	Lectura comprensiva, subrayando las ideas más importantes del texto.
2. Tener plena claridad de los objetivos de la unidad de aprendizaje en estudio.	Elaborar una síntesis de los apuntes y material complementario de apoyo bibliográfico.
3. Revisar los apuntes tomados durante la clase.	Elaborar ordenadores gráficos: - Mapas conceptuales - Cuadros comparativos - Uso de imágenes fijas y animadas, en la elaboración de diapositivas
4. Contrastar y complementar los apuntes con el material de apoyo con que dispone el alumno(a). 5. Anotar dudas para ser consultadas al Profesor respectivo	Elaborar un glosario de todos los términos desconocidos que aparecen en los textos de estudio.
6. Repaso frecuente de la materia 	Elaborar preguntas, para comprender mejor el texto leído. Su ejercicio llega a desarrollar una actitud crítica muy útil, junto con la capacidad de inferir, de gran importancia en el conocimiento científico.

B)

DEPARTAMENTO DE HISTORIA Y CS.


SOCIALES.-

MÉTODO	TÉCNICAS AUXILIARES
1. Reunir el material disponible para estudiar.	Preleer: - Subrayado simple - Uso de diccionario de significados - Uso de técnica de lectura comprensiva
2. Disponer con anticipación del temario dado por el profesor	Elaborar ordenadores gráficos: - Mapas conceptuales - Cuadros comparativos - Líneas de Tiempo - Esquemas (según sus características) - Apoyo con material visual (uso de presentaciones power point, recortes,

	imágenes de internet o libros, etc.)
3. Jerarquizar el temario: Temas Subtemas Según complejidad	Elaborar Glosario de todos los términos desconocidos que aparecen en los textos de estudio.
4. Preleer la información.	Elaborar preguntas, para comprender mejor el texto leído a través de cuestionarios de <u>preguntas y respuestas</u>
5. Lectura comprensiva de la información. 6. Repaso frecuente de la Materia 	Estudio en grupo con monitores (aprendizaje colaborativo)

C)
EXTRANJERO INGLÉS

DEPARTAMENTO DE IDIOMA


MÉTODO	TÉCNICAS AUXILIARES
<ol style="list-style-type: none"> 1. Reunir y ordenar todo el material disponible y necesario (textos, cuaderno, diccionario, etc.) 2. Revisar contenidos a estudiar. 3. Identificar y repasar léxico y estructuras gramaticales. 4. Consultar léxico desconocido en diccionario. 5. Analizar y rehacer ejercicios hechos en clases. 6. Internalizar léxico, expresiones y estructuras escuchando cds. 	<p>Durante el estudio:</p> <ul style="list-style-type: none"> Leer pausadamente la materia Subrayar términos o conceptos desconocidos Escribir vocabulario Sintetizar o resumir Elaborar diálogos con compañeros Repetir en voz alta Parear Realizar esquemas tipo llave o gráfico Realizar esquemas tipo ramificado Escuchar y practicar con Cd de apoyo, los contenidos de la unidad temática.

D)

DEPARTAMENTO DE MATEMÁTICAS


MÉTODO	TÉCNICAS AUXILIARES
<p>1. Reunir y ordenar todo el material disponible (textos, guías, calculadora, etc.)</p> <p>2. Revisar contenido y títulos.</p> <p>3. Revisar propiedades, conceptos, etc.</p> <p>4. Hacer un resumen y memorizar contenidos importantes.</p> <p>5. Revisar los ejemplos del profesor.</p> <p>6. Resolver ejercicios tipo.</p> <p>7. Buscar nuevos ejercicios.</p> 	<p>Durante el estudio:</p> <p>Trabajar de manera ordenada, comenzando por ejercicios de menor dificultad.</p> <p>Tratar de realizar la guía completa, dejando dudas para la clase.</p> <p>Responder los problemas de manera completa, no sólo el resultado.</p> <p>Elaborar ordenadores gráficos:</p> <p>Sistema de fichas con resumen de contenidos</p> <p>Resumen de fórmulas ordenadas</p> <p>Cuadros comparativos</p> <p>Estudio en grupos (aprendizaje colaborativo) desarrollando guías de ejercicios</p>

E) DEPARTAMENTO DE LENGUAJE Y COMUNICACIÓN Y FILOSOFÍA

MÉTODO	TÉCNICAS AUXILIARES
<p>En comprensión de Lectura:</p> <p>1. Lectura general del texto.</p> <p>2. Buscar palabras desconocidas (extraer vocabulario)</p> <p>3. Extraer ideas principales.</p> <p>4. Reorganizar las ideas del texto.</p> <p>5. Dialogar con familiares.</p> <p>6. Interpretarlo en su contexto</p> 	<p>Elaboración de resumen según pauta establecida.</p> <p>Trabajo con diccionario: definir, buscar sinónimos/antónimos, construir oraciones, y aplicar vocabulario contextual.</p> <p>Según pauta del resumen (entregada por el profesor) redactar preguntas y respuestas (de parte del alumno y/o apoderados)</p> <p>Compartir juicios valorativos guiados.</p>

F)

DEPARTAMENTO TÉCNICO
ARTÍSTICO Y EDUCACIÓN FÍSICA

MÉTODO	REQUERIMIENTOS AUXILIARES
<p>1. Anotar materiales necesarios para la clase en un lugar visible para el alumno(a) y los padres.</p> <p>2. Alumno(a) y padres preocupados de revisar horario y materiales necesarios para cada clase.</p> <p>3. Darle la importancia que se merecen a las asignaturas técnico artísticas y a educación física.</p> <p>4. Seguir las indicaciones de cada asignatura entregadas de forma explícita y por escrito (agenda – cuaderno del sector respectivo)</p> 	<p>Constancia, dedicación, responsabilidad y compromiso en las actividades relacionadas con cada sector</p> <p>Contar con sus materiales para cada clase</p> <p>Trabajar con sus propios materiales</p> <p>Entregar o finalizar los trabajos en el tiempo asignado</p>