Nombre: ..... *Fecha:* ..... *Curso:* .....

Lee despacio el siguiente texto y las preguntas. Después, responde.

Cuando haya varias opciones, marca con una cruz **solo una** respuesta, la que te parezca más adecuada.

Seis pasos para estudiar mejor

¿Cómo aprendiste a montar en bici? Probablemente alguien te dio algunos consejos y luego tú practicaste mucho. Puedes aprender a estudiar de una forma muy parecida. Nadie nace sabiendo estudiar. Necesitas aprender unas pocas técnicas de estudio y luego ponerlas en práctica para desarrollar buenos hábitos de estudio.

¿De qué te servirán las técnicas de estudio? Te facilitarán los aprendizajes académicos y te ayudarán a obtener mejores resultados en los exámenes, sobre todo cuando empieces la secundaria.

He aquí seis pasos para estudiar mejor:

1. Presta atención: los buenos hábitos de estudio empiezan en la clase

He aquí algo que probablemente te sorprenderá: ¿sabías que antes de que te pongas a estudiar ya has empezado a hacerlo? ¿Cómo es posible? Cuando prestas atención en clase y tomas buenos apuntes, estás empezando el proceso de aprendizaje y estudio. ¿Te cuesta prestar atención en clase? ¿Te sientas cerca de una persona que habla mucho o es muy ruidosa? ¿No ves bien la pizarra? Asegúrate de sentarte en un buen sitio para poder prestar atención. Si hay algo que te impide prestar atención o tomar buenos apuntes en clase, coméntaselo al profesor o a tus padres.

2. Los buenos apuntes facilitan el estudio

¿No sabes tomar apuntes? Empieza anotando la información que explique o escriba en la pizarra tu profesor durante la clase. Intenta hacer buena letra para que después entiendas tus apuntes. También es una buena idea tener los apuntes, exámenes, pruebas sorpresa y documentos de trabajo ordenados por asignaturas.

3. Si planificas el estudio con antelación, luego te alegrarás de haberlo hecho

Esperar al jueves por la tarde para estudiar el examen del viernes te obligará a hincar los codos durante toda la noche, ¡lo que no tiene nada de divertido! Además difícilmente darás lo máximo de ti mismo si no pegas ojo en toda la noche. Todos posponemos cosas de vez en cuando. Una de las mejores formas de asegurarte de que eso no te pasa a ti es planificando el tiempo de estudio con antelación.

Pide un calendario que sea guay (uno que te guste y que puedas tener cerca de tu escritorio o lugar de estudio) y anota las fechas de entrega de los trabajos escolares y de los exámenes. Luego planifica cuánto tiempo dedicarás cada día a estudiar cuando salgas del colegio o instituto y cuánto tiempo dedicaras a cada asignatura. ¿Las clases y actividades extraescolares hacen que te resulte difícil encontrar tiempo para estudiar? Pide a tu madre o padre que te ayuden a diseñar un horario para organizarte el tiempo.

LIVEWORKSHEETS

Nombre: ..... *Fecha:* ..... *Curso:* .....

4. ¡Divídelo en cachitos!

Cuando tengas que estudiar mucho material, te ayudará dividirlo en cachitos. Supongamos que tienes una prueba de ortografía sobre 20 palabras. En vez de pensar en todas las palabras a la vez, intenta dividir el trabajo en bloques de cinco palabras y estúdiate uno o dos bloques cada día.

No te preocupes si no te acuerdas de algo que has estudiado primero. Ahí es donde entra en juego la práctica. Cuantos más días dediques a repasar algo, más probabilidades habrá de que se te grabe en la memoria. También hay algunos truquillos, como las reglas nemotécnicas, que ayudan a recordar cosas. Por ejemplo, si tienes que memorizar una lista, construye una frase o palabra con la primera letra de cada elemento de la lista. Supón que te tienes que aprender los ocho planetas del sistema solar ordenados en función de la distancia que los separa del Sol. La frase "Marta Vio a Tu Madre Jalando Sola Una Noche" puede ayudarte a recordar "Mercurio, Venus, la Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano y Neptuno". Tu profesor también puede darte ideas.

Otra forma de dividir el material en bloques es estudiando regularmente en vez de dejarlo todo para el último día. [...]

5. Si estás estancado, pide ayuda

No se puede estudiar bien cuando uno no entiende la materia. Asegúrate de pedir ayuda a tu profesor si hay algo que no acabas de entender. Puedes intentar salir del bache releyendo tus apuntes. ¿Te aclaran algo? En caso negativo, pídele al profesor que te lo vuelva a explicar o que reviséis juntos tus apuntes. Si te estancas mientras estudias en casa, tal vez tu madre o tu padre puedan echarte una mano.

6. ¡Duerme a pierna suelta!

El examen es mañana. Tú has seguido tu plan de estudio y has aplicado las técnicas que te hemos explicado pero, de repente, tienes la sensación de que no te acuerdas de nada, ¡ni siquiera de cuánto son 2+2! ¡No te dejes dominar por los nervios! Tu cerebro necesita tiempo para asimilar toda la información que ha incorporado. Intenta dormir bien por la noche y mañana te sorprenderá lo bien que te sabes la materia.

http://kidshealth.org/kid/en_espanol/sentimientos/studying_esp.html

1 ¿Cuál es la finalidad de este texto?

- ☐ Pedirnos que hagamos algo.
- ☐ Evitar que hagamos algo.
- ☐ Recomendarnos cómo hacer algo.
- ☐ Prohibirnos hacer algo.

LIVEWORKSHEETS

Nombre: ..... *Fecha:* ..... *Curso:* .....

2 Numera estos puntos según el orden en que aparecen en el texto.

.....	Pide ayuda si te estancas.
.....	Duerme bien.
.....	Divide en partes pequeñas tus temarios.
.....	Pon atención.
.....	Procura tomar buenos apuntes.
.....	No estudies el último día.

3 Vuelve a leer el primer punto y escribe lo que debemos hacer si nos cuesta ver bien la pizarra o si alguien ruidoso está sentado cerca de nosotros.

.....

.....

4 ¿Por cuál de estas opciones podrías sustituir el adverbio *regularmente* en:

"Otra forma de dividir el material en bloques es estudiando regularmente en vez de dejarlo todo para el último día".

☐ Fácilmente ☐ Frecuentemente ☐ Recientemente ☐ De vez en cuando

5 Una regla nemotécnica es una asociación mental para facilitar el recuerdo de algo. Según el texto: «La frase "Marta Vio a Tu Madre Jalando Sola Una Noche" puede ayudarte a recordar "Mercurio, Venus, la Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano y Neptuno"», ¿por qué?

.....

.....

6 El texto utiliza oraciones signos de interrogación y exclamación. Identifica alguna de ellas en cada punto del texto y escríbelas. ¿Para qué las emplea?

.....

.....

7 Escribe aquí algo que ya sabías sobre este tema y algo que has aprendido al leer este texto.

.....

.....

LIVEWORKSHEETS