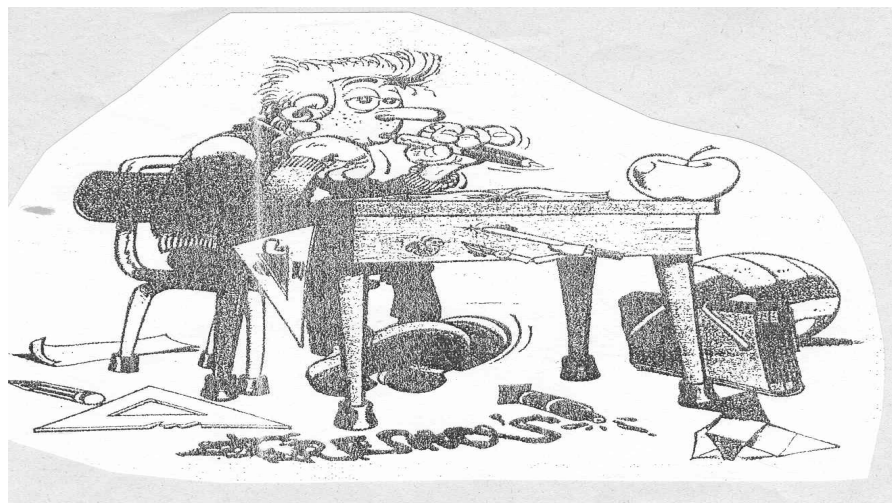


Condicións axeitadas para o estudio

ACTITUDES QUE FAVORECEN O HÁBITO DE ESTUDIO:

1. Renuncia. Hai que saber renunciar, polo menos un pouco, a " cousas " que - aínda que sexan boas - impídenos estudar; impídenos dedicar un tempo suficiente ós libros. (Tamén un atleta debe renunciar a moitas cousas!).
2. Tranquilidade. Necesitaremos para o estudio serio non só un silencio exterior senón tamén un silencio interior, (máis difícil de lograr có primeiro).
3. Orden. o descanso, a metodoloxía, os horarios, os lugares, os apunts, as prioridades, o ritmo de traballo, etc.
4. Perseveranza. A maior desgraza dun estudante non é a súa fráxil memoria senón a débil vontade. A súa maior fortuna, mais ca un gran talento, unha vontade firme e tenaz.
5. Coñecemento das propias cualidades e posibilidades e os propios límites. Non comezar demasiadas cousas á vez. Non pretendr resultados da noite á maña.
6. Gusto. Estudar con ganas. O gusto non se soz ter ó principio, senón que se vai descubrindo pouco a pouco. Ó comezo sempre hai algún obstáculo, iráselle sacando o gusto.



TÉCNICAS DE ESTUDIO

O SUBLIÑADO

- O texto subliñado debe ter sentido por si mesmo. Nunca subliñes na 1ª lectura (nesta todo che parecerá importante; espéra).
- Economiza o que poidas, se basta cunha liña non subliñes dúas.
- Busca a idea xeral (soz estar no título).
- Subliña as ideas claves, o importante.
- Non é necesario subliñalas palabras: en, de, la, el, por,...
- Fai anotacións nos márgenes para aclarar conceptos.
- Utiliza o lapis para subliñar, (pódense borra-los erros).
- Utiliza o diccionario de axuda para consultar.
- O terminar fai unha lectura de todo o subliñado para atoparlle sentido.

O ESQUEMA

- Colocando en orden as ideas.
- Utilizando signos de realce: chaves, flechas, numeración, letra de distintos tipos, tamaño, cor, etc...
- Procurando que predomine o branco do papel sobre o escrito (que non sexa un mogollón confuso de letras senón que sirva para que a memoria visual faga como unha fotografía que localizando as ideas no espazo e no orden escrito, facilite a memorización e o recordo).
- Empregando as vosas propias palabras.
- Os pasos serían:
 - 1º.- Fai unha lectura rápida do tema para esclarecer-los apartados que contén.
 - 2º.- Fai unha lectura comprensiva e subliñada de cada apartado, (elabora un esquema de cada apartado).
 - 3º.- O conxunto de esquemas de cada apartado formará o esquema final do tema.

O RESUME

O resumé débz conter-la información básica e importante (o que se subliñou do texto).

- Ler comprensivamente os parágrafos do texto.
- Subliña as ideas fundamentais de cada parágrafo.
- Subliña antes a idea principal e despois as secundarias.
- Sacar "aparte" as palabras subliñadas e engádelles algún nexo ou outras palabras que ti erzas conveniente para darlle sentido o teu resúmen.
- Resúmen débz conter-la información básica e importante (o que se subliñou do texto).

EXAMES

QUE É UN EXAME?

É comprobación do rendemento escolar.

SE QUERES TER ÉXITO NOS EXAMES DEBES:

- Ler cada día o que se explicou na clase.
- Aplicar o teu método de traballo-estudio:

Ler.

Subliñar

Esquematizar

Subliñar

Seguir o horario

- Se dispós de tempo: .

Ampliar con outros libros de consulta

Comentar cos compañeiros...

COMO PREPARAR OS EXAMES?

Antes dun exame convén controlar os estados de ansiedade. A mellor forma de evitalos é:

- Estudar con tempo
- Non illarse; procura-lo contacto social.
- Ter confianza nas túas propias forzas e na capacidade para enfrontarse a solventar con éxito a proba.
- A noite anterior prepara todo o material.
- Durmir o horario normal.
- Chegar a aula con tempo suficiente.
- Non comentar sobre o exame.
- Non intentar repasar nos momentos previos.

SE O EXAME É ESCRITO HAI QUE TER EN CONTA:

- Ler detidamente todo o exame.
- Distribuír equitativamente o tempo.
- Selecciona-las preguntas que se saben
- Antes de comezar unha pregunta léalas detidamente, considerando o que se pide verdaderamente, (facer un esquema de cada pregunta para non esquecer nada).
- Non divagar nas respostas; ir ó fondo da cuestión.
- Se ves que non vas a rematar todas as preguntas, non as deixes en branco; fainas de forma esquemática.
- O exame ha de ser lexible:
 - Sen faltas de ortografía
 - Con razoamentos claros
 - Corretamente presentado
- Deixa tempo para revísa-lo escrito e corrixi-lo se te equivocaches.
- Non te fixes no que fan os demais.
- Non teñas prisa para entregalo primeiro.
- Non esquezas escribi-lo teu nome antes de entregar.

SE O EXAME É ORAL:

- A primeira impresión é moi importante; utiliza un linguaxe fluído, pero sen excesiva rapidez.
- Escóita con atención a pregunta.
- Realiza unha elaboración mental esquemática do contido da pregunta.
- Fala de vagar e estruturando as frases correctamente.
- Aparenta seguridade e dominio de ti mesmo. Mira o examinador.
- Expón o contido con orden e de forma secuenciada.
- Intenta non repetir "frases feitas", "muletillas", frases sen sentido nin termos imprecisos.
- Realiza unha síntese final do exposto.