

Técnicas de estudio en Educación Primaria

El aprendizaje es un **proceso de adquisición de habilidades y conocimientos** que se produce a través de la enseñanza, la experiencia o el estudio.

Respecto al estudio, que depende del esfuerzo y trabajo que se dedica para aprender algo, **se necesita una actitud activa**, donde quien estudia asuma su protagonismo y supere la pasividad. No obstante, en la adquisición de los hábitos y técnicas básicas, **la colaboración de los padres y madres se considera fundamental**.

Crear un buen ambiente de estudio en casa: que exista un sitio fijo para estudiar, con el material necesario (diccionarios, libros de consulta, etc.), aislado de ruidos y distracciones, con iluminación suficiente, buena ventilación y silla y mesa funcionales.

Establecer un tiempo diario dedicado al estudio: que puede concretarse en un horario de actividades de tarde (indicando tanto el tiempo que se dedicará a estudiar, los descansos y otras actividades extraescolares y de ocio).

Acostumbre a su hij@ a que, al finalizar el tiempo de estudio, revise su material escolar y ordene su mochila para asegurarse de que le entrega las notas de los profesores, los exámenes, y no olvida el material para el día siguiente. El tiempo de estudio deberá respetarse sin interferir con otro tipo de encargos que puedan surgir.

Dando ejemplo de interés por la cultura: a través de la lectura, biblioteca familiar, prensa, conversaciones, etc...

Mantener una estrecha colaboración con los profesores: se debe caminar en la misma dirección y buscar una colaboración mutua.

Animar al estudio sin sermonear: es necesario valorar la dedicación al estudio y el esfuerzo más que los resultados, resaltando los pequeños progresos. La adolescencia será una etapa especialmente difícil, en la que los "sermones" pueden ser contraproducentes y el mostrar apoyo y acompañamiento será más eficaz.

Seguir diariamente el hábito de estudio de nuestros hijos/as pero sin agobiar: hay que interesarse por qué exámenes tienen, qué dificultades encuentran, cuál es su disposición ante cada materia...

Hay que guardar un equilibrio en dicho seguimiento e ir otorgando mayor autonomía y responsabilidad conforme ellos vayan creciendo.



En segundo lugar, se puede orientar a los hijos/as en el manejo de **Técnicas de Estudio**:

¿Qué entendemos por Técnicas de Estudio?

Una técnica de estudio es **una herramienta para facilitar el estudio y mejorar los logros**. Se trata de estrategias y procedimientos de carácter cognitivo y metacognitivo que se aprenden y desarrollan a través de la práctica.

Técnicas de estudio en Primaria

En las primeras etapas, el niñ@, además de los hábitos básicos, puede ir incorporando poco a poco las Técnicas de Estudio, ajustando las mismas a su edad y capacidad.

Por ejemplo, en el Primer y Segundo Ciclo de Educación Primaria, se puede ir practicando con una serie de técnicas como son:

Primera Técnica de Estudio, que consiste en una serie de pasos, a saber:

1. Lectura global.
2. Lectura a fondo de cada parte del tema o pregunta.
3. Repaso de cada parte o pregunta, intentando comprender y relacionar la información.
4. Lectura general, repaso rápido.
5. Prepararse para el examen: cuando se acerque el examen, hacer una lista con las posibles preguntas y contestarlas sin consultar el material. Luego, comprobar que las respuestas dadas son acertadas.

Segunda Técnica de Estudio, conocida como Técnica EP3R:

E (Explorar): Hacer una lectura rápida de comprensión general.

P (Preguntar): Plantear preguntas a la lectura, como “quién”, “cuándo”, “dónde”, “por qué”, “con qué finalidad”, “cuál es la causa”, “posibles consecuencias”, etc. Siempre ajustando las preguntas al contenido del texto, por lo que el planteamiento de las mismas puede variar. Es importante la utilización de lápiz y papel.

R (Releer): Volver a leer poco a poco el texto para comprender con más detalle todas las informaciones.

R (Revisar): Responder a las preguntas que se han hecho sobre el texto. Puede que sea necesario volver a releer. No se pasará al siguiente apartado hasta que no se hayan contestado todas las preguntas.

R (Repaso): Intentar reconstruir el sentido del tema, estableciendo conexiones entre las partes y estando seguros de haber comprendido el contenido.

También **se pueden ir incorporando estrategias** como el **Subrayado**, el **Resumen** e incluso la elaboración de **Esquemas**.

Es frecuente que los padres y madres pregunten la lección a los hij@s y supone una práctica adecuada, pero es necesario asegurarse de que su hij@ comprende la lección y es capaz de contestar a preguntas que implican relacionar ideas, extraer conclusiones, realizar inferencias y deducciones...

Una buena señal es cuando el niñ@ logra explicar el contenido de una lección con sus propias palabras, no se bloquea si olvida alguno de los datos, pone ejemplos, etc.

Para saber más

BUENO CAÑIGRAL, F. J. (coordinador): **Manual didáctico para la Escuela de Padres**. Ayuntamiento de Valencia (Concejalía de Sanidad y Consumo).

RODRIGO LARA, M^a. J. y otros (2010): **Cuaderno de aprendizaje: APRENDEMOS con éxito**. Toledo. Ed. APOCLAM.

JIMÉNEZ ORTEGA, J. y SOUSA SALGUERO, F. (2004): **Los mejores hábitos y Técnicas de Estudio I y II**. Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria. Estudiantes Hoy.

Aula abierta. Espacio para padres. Redes de formación de la JCCM.
redesformacion.jccm.es/aula_abierta

Propuestas para mejorar el rendimiento escolar. www.ceapa.es