

## **LOS PASOS EN UNA SESIÓN DE ESTUDIO**

A continuación se presenta una de las posibles secuencias que permiten el aprendizaje en una sesión de estudio. Sin duda hay otras, pero no deben desviarse mucho de la que aquí se presenta.

Es probable que algunos alumnos aprueben exámenes sin seguir apenas estos pasos. En este caso, puede que suceda que hayan aprobado pero que no hayan aprendido. Además, a medida que aumenta la complejidad y la cantidad de los temas a aprender en un examen, esos aprobados suelen terminar convirtiéndose en suspensos.

Esta es la secuencia que se propone:

1. **Atención en clase**

Atender en clase, hacer el esfuerzo de comprender lo que se explica y preguntar aquello que queda confuso, reduce significativamente el tiempo de estudio posterior.

Para asegurarse la atención y un material de estudio de calidad, conviene tomar apuntes (ver archivo de esta misma página de internet).

Una vez que se ha decidido que bloque de materia se quiere aprender se pasa al siguiente punto:

2. **Lectura comprensiva – subrayado**

Una vez en el lugar de estudio (evitar siempre bibliotecas no vigiladas), se procede a una lectura en la que se va subrayando (ver archivo de esta página de internet) el texto según los criterios correctos, y se procura su comprensión.

Es el momento de anotar las dudas que se preguntarán al profesor o a los compañeros.

3. **Elaboración de un esquema** (ver archivo de esta página de internet)

Este esquema servirá para dar coherencia a todo aquello que hemos trabajado. Está demostrado que el cerebro retiene mucho mejor aquello que está ordenado y tiene estructura y relación entre los conceptos.

Más adelante, este esquema servirá para el repaso.

El esquema nos ayuda a saber todo lo que hay que saber.

La siguiente etapa es la que provoca la retención y significación del concepto, es decir, el aprendizaje. Es la más importante y la que más esfuerzo cuesta. También es la que más tiende a evitar el alumno mediante mecanismos como el de copiar una y otra vez lo que se quiere estudiar pero sin memorizarlo, o el de hacer unos resúmenes muy bonitos pero sin el esfuerzo de incorporarlos a la mente (se centra en la forma pero no en el fondo). A partir de ahora, la concentración es imprescindible. Si no hay concentración se podrá pasar mucho tiempo encima de los textos que se quieren estudiar sin aprenderlos.

4. **MEMORIZACIÓN**

Apartando el libro, apuntes y esquemas, se toma una hoja de borrador y se reproduce de manera rápida y por escrito el esquema.

Mientras se escriben estas ideas principales se subvocalizan las explicación que acompañas a esas ideas.

Cuando hay algo que no se recuerda, se deja un espacio en blanco u se prosigue.

A continuación se comprueban los errores y se rellenan los espacios en blanco.

Conviene escribir unas cinco veces estas ideas olvidadas para que puedan ser definitivamente captadas por la mente.

Se pasa al siguiente bloque que hay que aprender y se repiten los pasos 2, 3 y 4.

5. **REPASO**

Se repasa todo lo aprendido al final de la sesión con un sistema parecido al señalado en el punto 4, pero más deprisa.

Muchos jóvenes dicen que este sistema es muy laborioso y que con su aplicación no se llega a estudiar toda la materia. Esta afirmación es, sin duda, cierta cuando se preparan los exámenes los dos o tres días anteriores y cuando no se tiene práctica.

Este sistema o similares, son los únicos caminos para aprender y, por lo tanto, aprobar en el 100 % de los exámenes. Por supuesto, requiere esfuerzo y práctica. Si se trabaja este sistema de estudio, se comprobará que se convierte en un procedimiento de aprendizaje rápido y muy potente.