

## Técnicas y hábitos de estudio (Cataluña)

Jesús  
Blanquet  
Docente en  
el Colegio  
Pare  
Manyanet  
(Barcelona)

Con frecuencia, muchos estudiantes no acaban de conseguir unos resultados académicos satisfactorios, y en la mayoría de los casos no es por falta de capacidad, sino por no disponer de una buena organización personal y por desconocer las técnicas y recursos que puedan facilitarles el trabajo diario de aprender.

La motivación personal, el hábito de trabajo, la voluntad, la autodisciplina y el conocimiento de las técnicas de estudio son tan importantes como la capacidad intelectual de cada persona para obtener el éxito en los estudios. Cuando se carece de alguno de estos factores, es probable obtener rendimientos bajos o, lo que es peor, verse abocado al fracaso escolar.

Es importante que el estudiante posea la convicción de que con el estudio se crece intelectualmente como persona y de que está creando su futuro profesional. Con esta actitud se consigue fuerza moral para afrontar las dificultades que a menudo se plantean, y será una buena ayuda para superar los momentos de desánimo.

También es importante la calidad de su entorno: el ambiente familiar y su adaptación escolar y social. De los estímulos que reciba de su familia, de la relación con sus profesores, de su propia autoestima, del saber vivir en un ambiente libre de tensiones que favorezca su estabilidad emocional, de su concentración y de la relación de equilibrio que establezca en su marco de vida cotidiana, dependerá, en buena medida, la calidad de su trabajo y de su éxito.

La implantación de la Ley Orgánica de General del Sistema Educativo ofrece al profesorado de secundaria la oportunidad de convertir en realidad, dentro del ámbito de la tutoría o del currículo variable, un deseo ampliamente compartido por los profesores: la enseñanza de las técnicas y hábitos de estudio, una necesidad más que evidente en la mayoría de nuestros alumnos.

El ordenamiento curricular aporta especial énfasis al carácter procedimental de los contenidos de aprendizaje. Unos procedimientos, hasta el momento dejados en manos del voluntarismo de una parte del profesorado que los ha impartido con la sola convicción de su necesidad y por propia motivación personal. La intención es dar recursos al estudiante para que pueda ir avanzando en su tarea diaria. Recursos que le permitan la máxima eficacia con un óptimo rendimiento de su esfuerzo y de su

tiempo. Las técnicas no deben ser recetas cerradas a su enunciado sino puntos de partida que generen respuestas variadas a situaciones diversas que el estudiante debe aprender a intuir y a aplicar.

Uno de los canales por los que nos llega la información y una de las formas habituales de expresión es por medio de los escritos, de ahí la importancia del dominio de todas aquellas técnicas que puedan ayudar a canalizar la comunicación de forma correcta, es decir del tratamiento de la información escrita. Dentro del trabajo escolar el proceso se realiza en tres grandes apartados o fases:

- La *recogida de la información*, que comprende un conjunto de actitudes y recursos a tener en cuenta, como son: la atención, el dominio de la lectura como primera herramienta para cualquier aprendizaje en sus dos vertientes principales: la velocidad y la comprensión lectora, el conocimiento del funcionamiento de la memoria y del olvido, la toma de apuntes, la utilización de la agenda como medio de organización personal, la elaboración de un plan de trabajo y el conocimiento de las condiciones ambientales mínimas que deben rodear al estudio.
- El *tratamiento de la información* o la utilización de lo que son las técnicas de estudio en sí. Apuntamos como más frecuentes: el subrayado, el resumen, el esquema, los cuadros sinópticos, las recensiones y la preparación de exámenes.
- Y, por último, la *expresión de la información*, que se concreta en la presentación de trabajos, los dossiers, las referencias y citas bibliográficas, las abreviaturas, la utilización de gráficos y la argumentación y el debate.

Los contenidos de estos apartados son básicos y su tratamiento lo más urgente en un programa de técnicas de estudio. De hecho suelen ser lo más relevante en cualquier propuesta de trabajo de este tipo. No debe olvidarse, que aunque la importancia y la necesidad de lo mencionado es poco discutible, hay unas actitudes de tipo personal que hay que motivar y exigir al alumno: su *constancia* diaria con un plan de trabajo a seguir fielmente; su *ilusión* y *ánimo* por aprender; alimentado por motivaciones personales; su *esfuerzo*, en contra del mensaje falso del aprender sin esfuerzo; un nivel de *autoestima* suficiente que le dé confianza en sus posibilidades... Si logramos estas actitudes y crear

hábitos en nuestros alumnos podremos plantearnos enseñar técnicas. En esta parcela hay que contar con la colaboración, el estímulo y la complicidad de los padres en lo que suponga aunar esfuerzos para conseguir la motivación por los estudios y un control sistemático del trabajo a realizar en casa.

**Técnicas y hábitos de estudio** es uno de los créditos variables tipificados, de carácter interdisciplinar, que los centros educativos, públicos y privados, del ámbito territorial de Cataluña, pueden ofertar a sus alumnas y alumnos. Pensado tanto para el primer como el segundo ciclo de la E.S.O., se pretende que el alumnado, a través de las técnicas de recogida y tratamiento de la información y de expresión oral y escrita, disponga de una metodología y de unos hábitos de estudio suficientes para conseguir un rendimiento mayor en el estudio de las diferentes áreas de la etapa.

Siguiendo la Orden de 3 de Junio de 1996 (DOGC nº 2215 de 07/06/1996), referida al desarrollo de la organización y evaluación de las enseñanzas en la Educación Secundaria Obligatoria), los objetivos que los alumnos y alumnas han de alcanzar al acabar el crédito, son los siguientes:

- Analizar las condiciones que favorecen y dificultan el estudio propio y de otros, y aplicar las condiciones ideales propias.
- Valorar la importancia de los hábitos de trabajo intelectual y de los ejercicios de memorización en el estudio.
- Identificar y utilizar las técnicas de tratamiento de la información
- Utilizar y aplicar de forma específica las técnicas de estudio en diferentes contextos y con diferentes finalidades.
- Mejorar la capacidad lectora y la capacidad de expresarse tanto oralmente como por escrito con rigor y precisión.
- Acostumbrarse a trabajar las técnicas de recepción de la información oral y escrita y las técnicas de memorización de la información significativa.
- Escribir de forma clara y legible.
- Familiarizarse con el mundo de los libros y las bibliotecas.
- Conocer y usar el fondo bibliográfico del centro.
- Redactar y presentar los trabajos de forma correcta.
- Planificar el tiempo de trabajo y estudio.
- Planificar la preparación de exámenes.

Para ellos, se establecen los contenidos que mencionamos a continuación.

**HECHOS, CONCEPTOS Y SISTEMAS CONCEPTUALES:**

**1. Espacio y hábitos de estudio.**

1.1. Espacio, ambiente y herramientas de estudio.

1.2. Hábitos básicos de comportamiento en relación con el estudio.

1.3. Memoria y estudio. Técnicas mnemotécnicas.

**2. Lectura y escritura.**

2.1. Lectura: velocidad y comprensión lectora.

2.2. Vocabulario.

2.3. Escritura: caligrafía y tratamiento informático.

**3. La información y su tratamiento.**

3.1. La información oral y la información escrita.

3.2. Notas y apuntes. Códigos: símbolos y abreviaturas.

3.3. Definiciones y etimologías.

3.4. Las ilustraciones: tipos y aplicaciones.

3.5. Esquemas: tipos y aplicaciones.

3.6. Los gráficos: tipos y aplicaciones. Diagramas.

3.7. El subrayado y el resumen.

3.8. Las anotaciones al margen y las notas al pie de página.

3.9. El comentario de texto.

3.10. El uso y los recursos de la biblioteca.

3.11. Uso de libros.

3.12. Búsqueda bibliográfica.

**4. Preparación y realización de exámenes.**

**PROCEDIMIENTOS:**

1. Descripción del propio lugar de estudio y aplicación de mejoras en el espacio de trabajo.

2. Uso de los recursos para el análisis de textos.

3. Uso de técnicas mnemotécnicas.

4. Elaboración de resúmenes y comentario de textos.

5. Lectura de textos y aplicación de técnicas de lectura.

6. Realización de exposiciones orales.

7. Análisis y aplicación de recursos gráficos.

8. Análisis y caracterización de libros.

9. Uso de la biblioteca y del fondo bibliográfico. Selección de bibliografía.

10. Elaboración de trabajos monográficos.

11. Preparación y realización de exámenes.

12. Presentación esmerada de los trabajos.

**VALORES, NORMAS Y ACTITUDES:**

1. Valoración positiva y confianza en el esfuerzo personal en el estudio y el trabajo en general.

2. Constancia en el estudio y el trabajo.

3. Interés por los métodos de auto-organización.

4. Preocupación por mejorar la lectura y la escritura.

5. Curiosidad y actitud favorable por las tecnologías y los métodos de tratamiento de la información y de organización. ☑