



RECOMENDACIONES SOBRE LA UTILIZACION DE TEXTOS Y LECTURA INDIVIDUAL

Las técnicas que se exponen a continuación están orientadas a crear hábitos de trabajo individual que permitan al estudiante obtener el máximo provecho de sus lecturas individuales. Estas técnicas resumen la experiencia acumulada en el trabajo universitario y se basan en técnicas modernas de aprendizaje científicamente comprobadas.

Un texto puede ser una ayuda irremplazable en un curso cuando se le utiliza apropiadamente, haciendo más fácil el aprendizaje de las materias entregadas en clases. El material contenido en el texto generalmente agrega al conocimiento adquirido en clases aspectos relevantes y lo capacita para tener una activa participación en cátedra. Además, el familiarizarse con un texto hace que éste se transforme en una fuente de consulta permanente aún después de haber aprobado la asignatura.

Los siete puntos siguientes resumen las técnicas más importantes a tener en cuenta en el desarrollo de las lecturas individuales:

1. Dónde estudiar
2. Revise el texto completo.
3. Lea buscando las ideas principales.
4. Cuestiónese a medida que lea.
5. Tome notas o apuntes (subraye sólo si el texto es suyo).
6. Use guías de estudio si están disponibles para el texto.
7. Estudie sin ningún tipo de presión y en forma sistemática.

1. Dónde estudiar

Elegir un ambiente apropiado es el primer paso a tener en cuenta para estudiar adecuadamente. Para evitar la dispersión y lograr la concentración deseada, hay que prepararse para tener todo a mano y en un clima de armonía. Por ejemplo: hojas para realizar anotaciones, lápices, diccionarios y libros de inmediata consulta. Además, el lugar no debe ser el paso obligado de otras personas. Nadie debe molestar.

Demás está decir que el lugar de estudio conviene elegirlo alejado de ruidos molestos y con la ventilación adecuada. La luz es otro aspecto a tener en cuenta. A medida que va atardeciendo, no debe forzarse la vista. Hay que interrumpir la lectura y encender la luz, lo que evitará caer en estados de somnolencia y, por lo



ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR
DEPARTAMENTO DE TUTORÍA

tanto, de pérdida de concentración.

2. Revise el texto completo

No comience de inmediato a leer el libro a partir de la página uno, haga primero una rápida revisión de todo el libro para obtener una idea global sobre lo que trata. Inspeccione todo el libro. Vea cómo está organizado. Fíjese en los títulos de los capítulos y secciones, en las referencias bibliográficas, figuras, resúmenes y otras ayudas metodológicas que el autor haya incluido, a fin de ayudar a la comprensión y retención de los contenidos o materias.

Lea el prefacio. En él, normalmente el autor expone el propósito principal que tenía en mente al escribir el libro. También es frecuente que en el prefacio el autor reseñe sus propios puntos de vista sobre el tema. Ambos aspectos son importantes para ubicar el libro en un contexto más amplio. Piense que sobre una materia existen muchos libros escritos y no todos son iguales.

Mire el último capítulo o las últimas páginas del libro. Generalmente el autor las usa para resumir los temas principales expuestos en los capítulos anteriores, por lo que leerlo antes de estudiar le entrega una sinopsis muy útil.

Cuando deba leer un capítulo asignado como lectura individual, antes de empezar haga una inspección rápida del material. Busque cualquier encabezamiento o resumen que pueda aparecer. Tanto resúmenes como la secuencia de títulos y subtítulos entregan pistas útiles sobre las ideas principales que el autor desea recalcar. Ellos sirven también como guía de estudio. Fije su atención en los encabezamientos de capítulos y secciones, pues su disposición en el texto (tamaño de letras, color), a menudo indican cuáles son los tópicos principales, distinguiéndolos de los menos importantes.

3. Lea buscando las ideas principales

¿Cómo debe ser concretamente la lectura? En primer lugar, silenciosa. La sugerida lectura "en voz alta" que a veces elogiaban nuestros maestros tienen como objetivos inevitables el estudio de memoria. Es decir, un almacenamiento de datos sin fijación de conceptos. Desde otro punto de vista, experiencias recientes demostraron que los mecanismos distintos y complejos de la lectura en voz alta implican que sea mucho más lenta que la lectura en silencio. La lectura en silencio permite concentrar la atención y favorecer todas las técnicas de la lectura habitual.

Su lectura debe tener un objetivo principal: "averiguar cuáles son las ideas



ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR
DEPARTAMENTO DE TUTORÍA

principales del autor en cada capítulo". Al leer pregúntese constantemente qué es lo que está tratando de decir el autor, en una actitud mental similar a la que tendría si usted estuviera conversando con él. No se fije en los detalles. Concéntrese en las ideas principales y usted descubrirá que recordar los detalles resulta más fácil.

Esto resulta así, porque las ideas principales generalmente tienen una relación lógica fácil de entender y recordar. Ellas definen un "esqueleto" conceptual donde podrá ubicar después los detalles. Un texto es conocimiento estructurado. Para entender dicho conocimiento usted debe reconocer dicha estructura primero.

Lea el capítulo asignado antes de la clase para que le sea posible participar activamente en ésta. Una participación activa en clases le permitirá aclarar sus ideas y dudas. Cuando uno se esfuerza en poner en palabras lo leído, el aprendizaje pasa de un estado pasivo a uno activo: usted participa por primera vez en el proceso. Los contenidos leídos adquirirán un mayor significado y serán retenidos (recordados) por un tiempo más largo, eliminando prácticamente la necesidad de estudiar a presión para pruebas y exámenes.

Un aspecto muy importante en su propia formación es que la participación activa en clases, le entrega confianza en sí mismo. Nadie más que usted puede hacer algo a este respecto.

Coordine sus lecturas con sus apuntes de clases. Si usted mantiene apuntes completos y ordenados, encontrará que el material leído se hace aún más claro. Un cuaderno de apuntes de clase bien mantenido puede ser una importante fuente de consultas en el futuro.

Resuma todo lo que ha leído. Después de terminar de leer una página, reformule las ideas principales en su mente y dé un vistazo de nuevo al texto para ver si su formulación era correcta. Antes de cerrar el libro repita los puntos principales de la materia que acaba de leer. Vea si puede anotar en forma breve las ideas principales de la sección que leyó. Si usted es capaz de hacer esto, la mayoría de los detalles que apoyan las ideas principales le vendrán a la memoria fácilmente.

Cuando vuelva a iniciar su estudio al día siguiente, su breve revisión le servirá como punto de partida y apoyo. Al tomar nota de los puntos principales de su lectura, la preparación para pruebas y exámenes se transformará en un detalle fácil.

4. Cuestiónese a medida que lee

Cuando esté leyendo, hágase la imagen mental de que está teniendo una discusión con el autor. Pregúntele permanentemente sobre las afirmaciones que hace y sobre las ideas que le presenta. Vea si él le está dando las respuestas que



lo satisfacen.

¿Qué significa el título del capítulo? ¿Qué significan los subtítulos? ¿Qué significan las palabras utilizadas en su propio contexto? ¿Qué tratan de demostrar las tablas, diagramas y gráficas presentadas? ¿Qué significan las palabras del resumen y conclusiones? ¿Está el autor escribiendo desde un punto de vista especial? ¿Por qué se detuvo tanto en algunos aspectos y no en otros? ¿Cuándo se escribió el texto? ¿Se han producido nuevos hechos o descubrimientos que releguen las opiniones del autor a un segundo plano o las hagan incorrectas?.

5. Tome notas o apuntes

Tomar notas al leer debe ser una costumbre. No hay duda que para hacer del aprendizaje un proceso activo es necesario tomar apuntes, tomar notas. Tomar apuntes es un asunto personal, individual y cada cual debe decidir la mejor técnica que se ajuste a sus necesidades. A veces tres o cuatro frases bien pensadas pueden resumir un párrafo. Otras una enumeración de propiedades. Otra la reproducción esquemática de una clasificación por medio de llaves y paréntesis, etc... Lo que interesa al tomar apuntes es que lo obliga a reprocesar la información que ha adquirido en su lectura y que permanece en su memoria de corta duración. Al producir una "verbalización mental" y posteriormente transcribirla al papel, usted pone en acción otros centros asociativos que le garantizan que esa información permanezca en su memoria de larga duración y pasa a formar parte de su banco de información permanente. Esta es una de las diferencias fundamentales entre memorizar y aprender.

Si el texto que está leyendo es suyo, resulta cómodo acostumbrarse a subrayar. Al cerrar frases claves entre paréntesis cuadrados, poner una raya vertical al margen de un párrafo importante, poner una línea ondulante al lado de un párrafo difícil, es imposible no prestar más atención a un texto subrayado. Esto es fatal si el texto debe ser compartido con varias personas. ¡RAYAR TEXTOS DE LAS BIBLIOTECAS DE LA UNIVERSIDAD Y EN GENERAL AJENOS A SU PERSONA, ESTA ESTRICTAMENTE PROHIBIDO!

6. Use guías de estudios si están disponibles para el texto

Revisar es una disciplina acumulativa que debiera llegar a ser un hábito de estudio. Usted revisa una frase o sentencia subrayándola. Usted revisa una página después de leerla, simplemente recordando los puntos o ideas principales.

Usted calibra un significado de un capítulo apuntando algunas de las ideas principales en un pedazo de papel. Usted registra los distintos puntos de vista e interpretaciones en su cuaderno a medida que escucha a su profesor y a otros



ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR
DEPARTAMENTO DE TUTORÍA

estudiantes. Usted lleva a cabo una revisión final antes de una prueba, simplemente volviendo a examinar, a ver, su propio cuaderno, sus notas de lectura, mirando el texto y el material entregado en clases.

7. Estudie sin ningún tipo de presión y en forma sistemática Evite estudiar bajo presión. Estudiar en forma presionada crea tensión psicológica y fisiológica, lo que perturba su capacidad de retención. Esto puede crear perturbaciones en su memoria durante el examen y sin duda "asegura que usted olvide" todo lo estudiado apenas termine el examen (elimina el "stress" que causa las molestias). Esto se lo garantiza su propio organismo. Averigüe usted mismo algo más sobre los efectos biológicos del "stress".

La manera más fácil de estudiar es juntar todas las notas y apuntes de los capítulos leídos, transformando las ideas y proposiciones en resúmenes o preguntas. Contéstelas y revise sus respuestas, confrontándolas con los capítulos correspondientes. Formúlese preguntas rigurosas y contéstelas concienzudamente, no se deje llevar por la creencia de que "sabe las respuestas", si no es capaz de formularlas verbalmente o por escrito. A medida que se acerque la fecha de la prueba no llene su cabeza con detalles. Enumerar detalles sueltos como respuestas a preguntas específicas sobre conceptos, no oculta su mala preparación a nadie y le asegura una calificación mediocre o mala. Si usted ha leído el texto o lectura cuidadosamente y es capaz de identificar las ideas principales, le será muy fácil de recordar la información detallada de apoyo a sus respuestas.