

Escuela Normal De Educación Preescolar Del

Estado De Coahuila

Licenciatura En Educación Preescolar

Tutoría Grupal

Tema

**Línea de acción**

*Como estudiar antes de un examen*

Primer Año, Segundo Semestre

Sección C

Kathia Anahí Castañuela Salas #3

Alumna

Karla Griselda García Pimentel

Docente

Saltillo Coahuila 20 de Junio del 2021

Línea De Acción

En la clase es vieron algunos de los pasos que podemos seguir para poder presentar un examen con una mente tranquila y estando en un estado de animo bueno. Se realizaron algunos videos con compañeras y se nos dieron a conocer por medio de estos cuales serian algunos factores o inconvenientes que intervienen al momento de estar presentando un examen o antes de estudiar para un examen y de que manera lo podemos mejorar.

Muchas de las cosas que nos han pasado a la mayoría de los estudiantes, docente y cualquier otra persona que realice exámenes, se enfrenta a los nervios, a estar preocupado por no saber si las respuestas que elijamos en cada pregunta sea la correcta, si lo que estudio fue lo correcto, si las preguntas son abiertas o de opción múltiple, etc.…, después de buscar, investigar, observar, leer, releer, transcribir y analizar la información acerca de los veneficios como por ejemplo estudiar en la noche, comer chocolate cuando estudiamos para retener mas la información, estudiar una semana antes, decir las preguntas y respuestas en voz alta, hacer apuntes y guiarte con ellos para estudiar en tu examen, caminar y decir las preguntas, dormir temprano, concentrarnos en las preguntas, empezar estudiando con preguntas difíciles, poner ejemplos en cada palabra para entender mejor el concepto, entre otras cosas que se dicen según algunos psicólogos, docentes, autores, doctores; pero en realidad es que no todas las personas pueden estudiar de la misma manera, no hay una formula ni unos pasos a seguir para estudiar ya que las personas aprendemos de distintas maneras por el tipo de aprendizaje ya sea auditivo, visual o kinestésico, algunos aprenden mas estando leyendo todo y ya, otros no hace falta leer todo porque lo recuerdan fácilmente solo con ver la palabra, otros necesitan poner un ejemplo para entender mejor lo que se esta explicando ya sea palabra, concepto, etc., otro necesitan estar en movimiento para que se puedan concentrar mejor y al caminar o estar en continuo movimiento se quede mejor guardada la información, algunos requieren de estar en un completo silencio para estar concentrados. En mi caso yo soy kinestésico por lo tanto necesito de ambos, visual y auditivo, por lo que esta actividad me ayudo a mejorar en la manera de estudiar, ya realizo mejores anpuntes, ya sean de cuadro sinóptico, cuadro de doble entrada, mapa mental, hoja dividida, palabras claves. Ya se ordeno mejor la información, utilizo en ciertos casos alungas abreviaturas como pj (por ejemplo), pq (porque), pág (página), como nombres de los cursos, claramente esto no podría prestarlo a alguien mas porque mis apuntes son únicos, solamente yo podría entender el orden, las letras, la información que se me hicieron mas importantes, los ejemplos son adecuados a mí.

Y para el momento de estudiar m ayudo mucho el saber que antes de un examen debo de estudiar tranquila en un lugar en silencio, estar en continuo movimiento como de pies, manos, caminando o fijando la mirada en algo para que al momento de contestar la pregunta recuerde eso que estaba viendo. También comprendí que no debo de estudiar una noche antes toda la información porque saturare mi cabeza, entrare en nervios, en un dilema, en un revuelto de ideas en mi cabeza, y que para mejora o no tener esto, pues es mejor que durante una semana se estudie todos los contenidos, pero en cada clase estar tomando nota para que al momento de estudiar sea más fácil organizar mis ideas respecto al tema y tenga una mejor calificación, con mente tranquila, con la idea de lo que estará, muy preparada y con una actitud positiva durante un examen.