**Instrucción:** El profesor tutor organiza tres equipos de trabajo y distribuye el material que analizarán y desarrollará cada uno de ellos bajo su conducción.

***INFORMACIÓN PARA EQUIPO 1:***

**ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE**

**Cómo prepararse para los exámenes ANTES DEL EXAMEN (1)**

El alumno comienza a prepararse para presentar un examen al ***asistir puntual y consistentemente a sus clases****.* Ya desde ese momento al escuchar la exposición del profesor y participar en las actividades que se realizan durante las clases está comenzando a estudiar los temas que se revisarán en los exámenes.

Para este fin también le ayudará mucho ***participar activamente preguntando*** sus dudas o tratando de **dar respuesta a las interrogantes del profesor**. Si el estudiante es muy introvertido y no le gusta participar en público, tal vez prefiera preguntar al profesor fuera del aula o preguntar a otro compañero avanzado.

En importante que el alumno **ejercite sus *habilidades de pensamiento crítico en todos los contextos*** y al escuchar una clase le permitirá establecer conexiones entre diferentes ideas y aprender significativamente.

Es recomendable que el alumno le dé la debida importancia a la toma de apuntes en clase. Si el alumno pone cuidado al hacerlo, éstos constituirán la primera guía de estudio para el examen. Al tomar apuntes es importante seguir un orden y una organización destacando los temas principales con subrayados u otro tipo de letra.

Una sugerencia consiste en dividir la hoja de cuaderno en dos columnas, dejando una más angosta ya sea a la izquierda o a la derecha. En esta columna el alumno podrá ir registrando las ideas más importantes y en el momento de estudiar le servirán como un recordatorio. También al estudiar puede ir destacando ideas importantes que no haya escrito con anterioridad.

Es conveniente dedicar diariamente al menos diez minutos a *revisar los apuntes* que se tomaron en clase e identificar lo más pronto posible las dudas, la información incompleta y pedir ayudar al profesor o a compañeros para completarlos.

Las ideas clave también se pueden ir escribiendo conforme se repasan los apuntes, de esta manera el alumno se irá preparando para memorizar la información relevante.

*Elaborar esquemas, tablas y mapas conceptuales* puede ser un recurso valioso para recordar lo más relevante, así como para identificar y recordar las relaciones entre las ideas principales. Esto permitirá no sólo memorizar información sino comprenderla.

Al estudiar es importante que el alumno tome en cuenta su estilo personal y que realice actividades acordes al mismo.

Para comprender la información, resulta útil referirse a los ejemplos planteados en clase por el profesor, asimismo se recomienda que el estudiante busque otros que le resulten significativos.

Al prepararse para un examen, es importante que el alumno *defina qué es lo que va a aprender*. Para enfocarse en lo principal, puede tomar en cuenta: lo expuesto por el profesor en clase, lo que anotó en el pizarrón o incluyó en sus presentaciones, las actividades que dejó de tarea, las actividades que se hayan realizado en el aula. El alumno puede formular sus hipótesis sobre lo que se preguntará en el examen.

Es importante que oriente su actividad no sólo a memorizar, sino a comprender. Para ello resulta conveniente que desarrolle el hábito mental de preguntarse qué relación existe entre los conceptos, ideas o temas que está estudiando. La elaboración de mapas conceptuales o mentales, cuadros sinópticos y esquemas diversos, le puede ayudar en este sentido.

Al prepararse para un examen es importante tomarlo como un reto en el que si utiliza las estrategias más adecuadas, logrará el mejor desempeño. Un examen no debe constituir una fuente de estrés si se organiza y distribuye el tiempo de estudio con antelación.

**Estrategias y técnicas para el repaso**

Aprender eficazmente involucra más que la memorización mecánica. Se requiere comprender lo que se está repitiendo y hacer conexiones entre las ideas para que resulten significativas y más resistentes al olvido. Con este fin el estudiante puede utilizar las preguntas que guían el pensamiento crítico para cada uno de los componentes.

Los repasos son elementos básicos de la preparación. Cuando los estudiantes no repasan suficientemente el material de estudio tienen como resultado un pobre rendimiento. No hay sustituto para el repaso, hay diferentes modalidades:

**Repaso diario.** El repaso diario consiste en dedicar 10 minutos después de clase a repasar. Este repaso debe hacerse el mismo día, o dentro de las 24 horas desde que tomaste tus apuntes. Olvidamos una gran cantidad de conocimientos durante las primeras 24 horas, pero al repasar tus notas en este periodo ayudarás a solidificar tu memoria y a reducir el olvido.

**Repaso semanal**. Este repaso te ayudará a tener una visión global de tus clases. Te permite integrara la información vista durante la semana. Para este repaso, será suficiente una hora, preferente el fin de semana.

**Repaso previo al examen**. Este tipo de repaso se realiza durante la semana del examen. El tiempo de estudio dependerá de la cantidad del material. Para optimizar tu estudio debes dividir tu repaso en pequeños lapsos durante los días previos al examen, y evitar agotarte estudiando toda la noche anterior.

Hay diferentes técnicas para hacer el estudio más eficiente. Algunos estudiantes integran diversos métodos para involucrar la mayor parte de los sentidos.

La ***repetición en voz alta*** puede ayudar, ya que el estímulo del sonido, además del estímulo visual, de ver el texto escrito puede favorecer el recuerdo, sobre todo si el estilo del alumno es auditivo. Utilizar *representaciones gráficas* de los contenidos, tales como gráficas, mapas mentales y otros tipos de esquema puede ayudar también a la comprensión de las relaciones de los conceptos y al recuerdo. Para los alumnos con un estilo predominantemente visual, será de gran ayuda contar con un esquema. Para los alumnos con un estilo cinestésico también resulta de gran ayuda realizar una actividad (en este caso escribir) para mejorar el recuerdo.

**Grabadora**. El grabar la exposición ofrece gran potencial, especialmente para el estilo de aprendizaje auditivo. Esta técnica es efectiva y eficiente en tiempo, ya que en cualquier momento puedes hacer uso de ella. Entre más información se repasa auditivamente, mejor se recordará. Sin embargo aprenderás poco si al escuchar la información estás pensando en otras cosas. Este método requiere concentración y una participación activa por parte del escucha.

Es conveniente utilizar alguna ***pista verbal*** que permita asociar una serie de conceptos o hechos para favorecer el recuerdo. Puede consistir en una palabra, una frase o una pregunta que dispare el recuerdo. Estas ideas clave las puede utilizar el estudiante poniéndolas al margen de sus apuntes para que tan sólo un golpe de vista pueda recordar la información relevante.

Otra técnica que puede ayudar a la memorización de información relevante es ***utilizar pequeñas tarjetas.*** En un lado de la tarjeta se pone la palabra, frase o pregunta clave y en la parte posterior una síntesis de la información relevante que se trata de memorizar. Fragmentar de esta manera una gran cantidad de información puede ayudar al estudiante a hacer pequeños repasos e ir incorporando una mayor cantidad de información sin sentirse abrumado desde el inicio, esto es, le permitirá dosificar la información que necesita memorizar.

**Tarjetas bibliográficas**. Son especialmente útiles para contestar exámenes de pregunta y respuesta o para aprender un nuevo vocabulario en un idioma extranjero, por ejemplo: en estas tarjetas escribes por un lado la pregunta, la ecuación o la palabra que necesitas definir; y por el otro anotas la respuesta. Además, al escribir las preguntas en estas tarjetas te ayudará a repasar-

En ocasiones se requiere recordar cierta información en un orden específico, para ello pueden resultar las ***mnemotecnias*.** Por ejemplo, el alumno puede elaborar un acróstico utilizando la primera letra de cada información que requiere recordar o bien crear una frase que integre las palabras clave de la secuencia o lista de conceptos que debe recordar. A los estudiantes con un estilo auditivo también les resulta útil asociar las listas de información con una canción o melodía.

**Mapas semánticos.** Es una técnica efectiva, especialmente para los estudiantes que prefieren dibujar o crear imágenes de los conceptos abstractos. Es una gran técnica para los estudiantes que aprenden mejor visualmente.

**Estudio en grupo**. Esta técnica es conveniente cuando los conceptos son difíciles de adquirir o comprender. Los grupos de estudio ayudan a repasar la información, clarificar puntos confusos y

generar posibles preguntas del examen. Elige un grupo que se enfoque en lo académico y no sólo en lo social.

Tratar de ***predecir qué preguntas*** vendrán en el examen es otra estrategia que resulta útil. Para hacerlo, el alumno se puede basar en la información que el profesor enfatizó en clase. Ésta la puede obtener de sus apuntes si ha asistido puntualmente y puesto atención durante las exposiciones. El tutor puede recomendar al alumno que revise los objetivos del programa, que analice qué es lo que se busca que aprenda. Seguramente en el examen se tomarán en cuenta los temas principales del programa de estudio. Es importante que el alumno obtenga la mayor precisión posible sobre el tipo de examen que deberá presentar, por lo que es conveniente que pregunte al profesor todo lo que considere necesario. Entre más información tenga, le resultará más fácil tomar decisiones sobre el tipo de estrategias o técnicas más convenientes para prepararse.

Si el alumno cuenta con poco tiempo, no ha dosificado con anterioridad el estudio y tiene que estudiar una gran cantidad de contenido, será importante organizar el tiempo de la manera más eficiente. Es recomendable ***identificar el contenido más importante o el que resulta más difícil de aprender o el que se conoce menos*** para dedicarle más tiempo desde el principio, dejando para el final el contenido más sencillo, de menor importancia o que ya es conocido.

***INFORMACIÓN PARA EQUIPO 2:***

**ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE**

**ANTES DEL EXAMEN (2)**

**Preparación para la prueba de ensayo**

El ensayo o los exámenes subjetivos pueden incluir preguntas cortas o largas y preguntas generales. Estos exámenes no tienen respuestas específicas. Generalmente se evalúan con base en una opinión; aunque se puede esperar que en las respuestas se proporcionen ciertos hechos, datos y razonamientos. Una de las principales razones por las que los estudiantes pueden tener bajas calificaciones o no aprobar este tipo de exámenes se debe a deficiencias en la redacción o también a que el estudiante no conteste las preguntas en forma completa y específica. Otra deficiencia común es presentar la información de manera desorganizada. Los exámenes de ensayo requieren que el alumno recuerde aprendizajes previos y pueda hacer conexiones significativas al redactar la respuesta.

**Recomendaciones que el tutor puede hacer al alumno para prepararse para los exámenes de ensayo**

* Identifica las principales áreas de contenido que tienes que aprender.
* Enfócate en las fuentes de información clave para el examen: las notas, el libro de textos y/o lo que usted piense será cubierto completamente en el examen.
* Recuerda que es mejor entender y saber algunas cosas muy bien, que tener una gran cantidad material mal aprendido y desorganizado.
* Puedes seguir las siguientes sugerencias:
  1. Enumera todos los temas clave que formarán parte del examen. Enumera los subtemas importantes para cada uno.
  2. Explora todos los materiales que se cubrirán, revisando aquellos que se estudiarán de una forma más intensiva.
  3. Anota todos los temas clave cubiertos en clase y en la lectura para la fecha de la prueba.
  4. Lee o relee todos los materiales no comprendidos, utiliza un propósito específico al leer.
  5. Desarrolla una base de información fundamental para cada tema.

Para cubrir la información clave de las lecturas, puedes utilizar fórmulas de cuestionamiento como «quién,» «qué,» «dónde está localizado,» «cómo trabaja», las «características clave»,

«causa-efecto», y «ejemplos» para cada tema.

En ocasiones, el alumno no resuelve adecuadamente el examen de ensayo debido a que interpreta de manera equivocada las instrucciones. A continuación se incluye un glosario en el que se explican los términos más comúnmente empleados en las pruebas de ensayo.

**Glosario de las palabras de la prueba de ensayo**

***Discuta***.- Examine, analice cuidadosamente y presente las consideraciones, los pros y contras de los temas tratados.

***Diagrame o Ilustre***.- Presente una representación gráfica de su respuesta con señalamientos. Puede incluir una breve descripción.

***Defina.***- Cuando se solicitan definiciones, se espera que se proporcionen significados claros y específicos. Se pueden comentar las limitaciones de la definición, en su caso o aproximaciones distintas proporcionadas por diversos autores.

***Critique, interprete***.- Exprese su juicio con respecto a la corrección o a los méritos de los factores bajo consideración. Se espera que proporcione los resultados de su propio análisis y señale los aspectos positivos, las limitaciones y las contribuciones del tema.

***Contraste***.- Diga en qué se diferencian dos o más asuntos, cosas, acontecimientos, etcétera.

***Compare***.- Examine las cualidades o las características de hechos, teorías o conceptos, para identificar semejanzas y diferencias.

***Comente.***- Se refiere a explorar el impacto y el significado de algo; se proporciona una explicación, crítica u opinión.

***Analice.***- Significa separar en las partes componentes para estudiar su naturaleza, función, correlación, etcétera.

***Sintetice***.- Dé los puntos principales o los hechos en forma condensada. Omita los detalles, las ilustraciones y los ejemplos.

***Enumere***.- Presente una serie, una lista detallada. Sea sucinto.

***Justifique, pruebe***.- Para justificar su respuesta, proporcione la evidencia efectiva o las razones lógicas. En su respuesta, la evidencia se debe presentar en forma convincente.

***Explique, relacione***.- Esclarezca e interprete el material que presenta. Indique el "cómo" o "por qué”. Señale diferencias en resultados de investigación, si es el caso y establezca las causas.

***Evalúe***.- Presente una valoración cuidadosa del problema o tema, mencionando ventajas y limitaciones. La evaluación implica una opinión autorizada y en menor grado, un punto de vista personal.

***INFORMACIÓN PARA EQUIPO 3:***

**DURANTE Y DESPUÉS DEL EXAMEN**

Revisa el examen:

* + Determina el tipo de preguntas que contiene.
  + Calcula el valor en puntos de las preguntas.
  + Busca las preguntas en las que tienes que hacer notas.

Presupuesta tu tiempo:

* + Cuando calcules el valor en puntos de las preguntas determina el porcentaje de la calificación total.
  + Del tiempo total asignado al examen, réstale algo de tiempo para prever, y revisar el examen.
  + Calcula el porcentaje del tiempo base para contestar cada pregunta. Asígnales más tiempo del tiempo base a la respuesta de las preguntas que tengan más valor.

A continuación se presentan una serie de recomendaciones para cada tipo de exámenes.

**Exámenes de tipo objetivo**

* Lee con atención las instrucciones generales de toda la prueba y las específicas para cada sección si las hay.
* Identifica el número de preguntas que se requieren contestar y tome en cuenta de cuánto tiempo se dispone.
* Responde primero las preguntas que te resultan más fáciles para obtener el mayor número de puntos.
* Contesta posteriormente las preguntas que te demandan más tiempo para pensar.
* Evita perder tiempo en una sola pregunta si dudas de tu respuesta.

**Exámenes con preguntas de verdadero-falso**

* Revisa la estructura de la proposición. Si tiene dos partes y una de ellas es falsa, toda la proposición se convierte en falsa.
* Es importante poner atención a las palabras que señalan generalizaciones o absolutos, tales como siempre y nunca. Piensa si recuerdas alguna excepción, entonces la aseveración es falsa. Es raro encontrar expresiones absolutas que sean verdaderas.
* Cuando encuentres una declaración negativa, intenta leerla sin la negación y evalúa si es verdadera o falsa. Si al quitar el negativo te parece que la expresión es verdadera, entonces deberás elegir la opción de falso para la expresión negativa.

**Exámenes con apareamiento de columnas.**

* Identifica si cada opción se puede utilizar una sola vez o si se pueden utilizar más de una vez.
* Registra cuáles son las opciones que ya utilizaste.
* Analiza las partes de la expresión para ver si alguna te permite asociarla con alguna información de la otra columna.

**Exámenes con preguntas de completamiento**

* Verifica el número de líneas por respuesta para saber el número de expresiones o palabras que deben componer la respuesta.
* Si no recuerdas la palabra exacta, escribe con tus propias palabras la explicación.

**Exámenes con opción múltiple**

* Es importante identificar la estructura gramatical de la pregunta.
* Si la pregunta es muy larga, identifica las ideas principales, incluyendo el verbo.
* Lee la pregunta y contéstala mentalmente, después busca cuál de las opciones se parece más a tu respuesta.
* Pon atención si la pregunta está formulada de manera negativa, para encontrar la respuesta correcta, eliminando todas las que no lo sean. (Por ejemplo: una de las siguientes aseveraciones

«*no* es la causa de…»).

**La prueba del ensayo**

1. Lee todas las instrucciones y preguntas con calma.

* Observa el número de preguntas o temas a desarrollar, la ponderación de cada respuesta, el nivel de dificultad, y el tiempo disponible.
* Apunta de inmediato cualquier respuesta o idea que venga a tu mente bajo la forma de lista o ideas clave.
* Apunta cualquier otra información clave para evitar olvidarla.

1. Analiza la pregunta de la prueba y divídela en las principales partes. Construye rápidamente una guía para la redacción de la respuesta.

* Observa las palabras clave incluidas en las preguntas, por ejemplo: compare o contraste.
* Utiliza la guía como «mapa» para desarrollar tus respuestas.

La guía te ayudará a mantenerte enfocado al redactar.

1. Responde lo más específicamente que te sea posible.

* Si sabes la respuesta, escribe solamente lo que te preguntan.
* Evita las generalidades.

1. Incluye una declaración introductoria al principio y un párrafo de síntesis al final.
2. Repasa tus respuestas. Dedica suficiente tiempo para revisar la ortografía, la gramática, palabras omitidas, fechas incorrectas, etc. Si escribiste con lápiz, te permitirá hacer correcciones sin ensuciar tu trabajo.

**Después del examen**

Una vez que ha presentado el examen es importante que el alumno desarrolle el hábito de reflexionar sobre lo que hizo bien y lo que podría mejorar para la siguiente ocasión. Si tuvo duda en algunas preguntas o está consciente de que no sabía algún concepto, es importante que lo aclare cuanto antes y que no se quede sin aclarar sus dudas, ya que en el futuro puede afectar la comprensión de otros conceptos.

Cuando el alumno recibe los resultados del examen por parte del profesor es importante que le solicite al profesor que le aclare sus dudas y verifique las respuestas que tuvo erróneas para evitar que «el error se perpetúe».

**Últimas consideraciones para tener éxito en los exámenes**

* + Estar al día con las tareas.
  + Tomar notas en cada clase, todos los días (esto incluye hacer preguntas cuando no entiendas algo)
  + Procesa la información conforme la vas obteniendo (aprender informaciones no es lo mismo que estar familiarizado con ella.
  + Procesa información sistemáticamente (etiquetar en el margen es útil para la mayoría de las personas. Adopta esta técnica para que forme parte de tu estilo de aprender. Haz tuya la disciplina que este sistema requiere, y adquiere el hábito de procesar información de textos y lecturas, en lugar de sólo repasarlos.
  + Escoge un lugar para estudiar libre de distracciones. Asigna una hora específica para empezar a estudiar cada asignatura (tal vez necesites más tiempo del establecido, pero tener un horario preestablecido te ahorrará tiempo).
  + Elabora hojas de resumen, tarjetas, y practica algunos tipos de exámenes.
  + Siempre carga trabajo de bolsillo para utilizar el tiempo de espera, así podrás pensar o repasar sobre lo que estás aprendiendo.
  + Aprende algo nuevo o difícil de la manera o estilo que se te facilite más, dependiendo de tu estilo.
  + Encuentra uno o dos compañeros con los que puedas estudiar y rutinariamente tomen turnos para enseñarse uno al otro el material.
  + Prepárate para cada clase como si fueran a tener un examen cada día.

Los siguientes temas, representan un apoyo para el desarrollo de las líneas de acción que corresponden a: ***Aprovechar la Tecnología al máximo I (segundo semestre), Aprovechar la Tecnología al máximo II (tercer semestre), Aprovechar la Tecnología al máximo III (cuarto semestre)*** *y* ***Aprovechar la Tecnología al máximo IV (Séptimo semestre).*** Se recomienda enriquecerlas al integrar lecturas y ejercicios que propone para los estudiantes de Educación Normal, la Dirección General de Educación Superior para Profesionales de la Educación (DGESPE), en su página [www.dgespe.sep.gob.mx](http://www.dgespe.sep.gob.mx/) opción Reforma Curricular, pone al alcance los cursos de las Licenciaturas en Educación Preescolar y Educación Primaria del ***trayecto formativo Lengua Adicional y Tecnología de la Información***, relativas al uso de las TIC como herramienta didáctica en los diferentes semestres con contenidos, secuencias didácticas, actividades de aprendizaje con apoyo de materiales de apoyo y bibliografía básica y complementaria. Los programas de cada curso y materiales se descargan de la malla curricular en cada licenciatura.

El tutor responsable, con apoyo del especialista en TIC de la institución, determinará de manera gradual en su plan de acción tutorial, los contenidos temáticos y actividades de aprendizaje con que iniciará en el primer semestre, para posteriormente elaborar y diseñar los que de manera continua requiere abordar con el grupo a su cargo en los semestres siguientes. Es recomendable realizar los ajustes pertinentes a partir del diagnóstico y/o perfil grupal de los estudiantes en esta área del conocimiento.