



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 41 – ABRIL DE 2011

## “TÉCNICAS DE APRENDIZAJE”

AUTORÍA <b>SANDRA CAMACHO RUIZ</b>
TEMÁTICA <b>CÓMO APRENDEMOS</b>
ETAPA <b>SECUNDARIA</b>

### Resumen

Cuando nos enfrentamos al estudio tenemos la necesidad de saber estudiar, queremos aprender rápida y eficazmente. Es, por ello, que es necesario planificar y programar las actividades que se van a presentar con el fin de encauzar mejor los esfuerzos, optimizar el aprendizaje y conseguir buenos resultados.

### Palabras clave

Aprendizaje

Creatividad

Motivación

Técnicas de estudio

Memoria

### 1. APRENDER A ESTUDIAR

Hemos de intentar conseguir un aprendizaje cada vez más rápido y eficiente que nos permita aprovechar al máximo el tiempo disponible y desarrollar nuevas técnicas y hábitos de estudio que permitan una mayor agilidad mental.

A medida que el alumno avanza en su educación, tiene que aprender cada vez más cosas y con una mayor dificultad. Esto exige aparte de estudiar más, saber estudiar mejor. Se trata, por tanto, de retener conocimientos, saber manejar dicha información y utilizarla convenientemente y oportunamente, así pues el desarrollo de técnicas de estudio es imprescindible.

A continuación vamos a presentar técnicas de trabajo intelectual que puedan servir a padres, profesores y alumnos para mejorar sus hábitos de estudio.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

## 1.1. Las técnicas del trabajo intelectual.

Cuando nos referimos al estudio del alumno, tenemos que hablar en términos de expresión y comprensión. Tanto la comprensión como la expresión adoptan diferentes modalidades: oral, escrita, plástica, etc.

### 1.1.1. Las técnicas de expresión escrita.

Dentro de las técnicas de expresión escrita una de las más conocidas es la toma de apuntes. El alumno toma una serie de anotaciones a lo largo de la explicación del profesor. Puesto que exigen una atención continuada a lo que explica el profesor, los apuntes facilitan el aprendizaje y el estudio ya que implican la comprensión del tema y una selección y ordenación de las ideas principales que conduce a la adquisición y comprensión del conocimiento.

Algunas pautas a seguir para redactar bien los apuntes son:

- Utilizar folios sueltos para poder clasificar bien los apuntes.
- Dejar márgenes para anotaciones.
- Anotar las ideas principales de la forma más concreta posible.
- Comprobar al final de la clase los conceptos que no se han anotado bien.
- Completar los apuntes después de clase para redactarlos adecuadamente.

Otra técnica que también podemos utilizar es el resumen, el cual consiste en sintetizar la información de un modo preciso. Se trata de captar las ideas esenciales y exponerlas con brevedad.

### 1.1.2. Las técnicas de expresión oral.

Para mejorar la expresión oral debemos acostumbrarnos a leer en voz alta un texto con el fin de mejorar la vocalización, sin perder la concentración y la comprensión.

Con el fin de obtener una mejor vocalización, podemos realizar los siguientes ejercicios:

- Ejercicios de respiración correcta. Hacer profundas inspiraciones.
- Ejercicios de vocalización y pronunciación clara y natural.
- Ejercicios de entonación.
- Ejercicios de velocidad lectora.

También debemos aclarar que existen diferentes tipos de lectura dependiendo del tipo de texto que leamos: científico, literario, explicativo, etc.

### 1.1.3. Las técnicas de expresión plástica.

Son aquellas técnicas – graficas, esquemas, diagramas, etc. – que utilizamos para representar de una forma precisa toda la información que nos llega. Estas técnicas didácticas son muy valoradas y resumen de una manera muy ilustrativa la información. Algunas de estas técnicas son: graficas, mapas, murales, croquis, planos, tablas, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

#### 1.1.4. Las técnicas de comprensión lectora.

##### a. La técnica del subrayado.

Subrayar consiste en señalar con una raya alguna palabra, letra o frase para destacar las ideas esenciales de un texto y así, posteriormente, poder recordar el sentido del texto. Esta técnica favorece la elaboración de esquemas y resúmenes y contribuye a la comprensión del texto.

##### b. La técnica de la clasificación.

Clasificar es ordenar la información. Entre las técnicas de clasificación más importantes nos encontramos los mapas conceptuales y las redes conceptuales.

Con la utilización de los mapas conceptuales pretendemos:

- Descomponer la información en partes.
- Establecer las relaciones existentes entre los componentes de dicha información.

El mapa conceptual presenta un concepto general a partir del cual se estructuran y representan gráficamente los contenidos a desarrollar relacionados con dicho concepto. Estos mapas ayudan a establecer relaciones entre ideas o conceptos entre sí, lo que facilita un proceso de enseñanza-aprendizaje. Los mapas se constituyen normalmente con ideas enmarcadas en un círculo, líneas que unen las ideas y nexos o palabras de enlace que sirven para dar sentido y significado a las conexiones.

Los mapas conceptuales pueden y deben ser utilizados por el propio alumno como técnica de evaluación formativa. Así, pueden construir un mapa al iniciar un tema y reestructurarlo al acabarlo.

#### 1.1.5. Las técnicas de comprensión oral.

A pesar de todos los medios disponibles para captar la atención del alumnado, el mensaje oral del profesor es primordial para el aprendizaje del alumno. Por ello, debemos enseñar al alumno a comprender correctamente a través de:

- Un meticuloso desarrollo de la atención.
- Una perfecta audición.
- Una interpretación exacta del mensaje oral.
- La captación de las ideas básicas.

## 2. DESARROLLO DE LA ATENCION, CONCENTRACION Y MEMORIA.

La atención exige concentración. Si el individuo utiliza su inteligencia y voluntad para fijar su atención en algo, el estudio y el aprendizaje será más intenso. La atención depende en gran parte de la voluntad, especialmente si debemos concentrarnos en algo que no despierta nuestra atención.

Algunos consejos prácticos son los siguientes:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

- Un ambiente ordenado y tranquilo y unas condiciones físicas óptimas.
- Estimular a máximo el interés antes de empezar a estudiar.
- Mostrar voluntad y capacidad de rendimiento.
- Utilizar técnicas de estudio: subrayado, mapas, esquemas, etc.
- Adoptar una postura física adecuada puesto que la atención implica una tensión psíquica.

Existen diferentes definiciones de la memoria. Ésta se puede definir como la facultad de evocar hechos del pasado e identificarlos como tal.

El proceso memorístico se puede desarrollar siguiendo los siguientes pasos:

- Fijación: se requiere fijar y retener las impresiones recibidas.
- Evocación: el conocimiento almacenado en la memoria se puede reproducir en cualquier momento.
- Identificación y recuerdo: la evocación producida anteriormente se reproducirá posteriormente.

A parte de las técnicas analizadas, tenemos que tener en cuenta uno de los factores más relevantes a la hora de conseguir el éxito académico y personal: la motivación.

### 3. ¿CÓMO MOTIVAR A LOS ALUMNOS?

Mientras más motivados estén los alumnos, mejor se desarrollará el proceso de enseñanza – aprendizaje. Existen una serie de estrategias que podemos poner en práctica si verdaderamente queremos motivar a nuestros alumnos.

El problema se plantea cuando tal motivación no se enfoca en el aprendizaje o valores que propone la educación. Es aquí cuando el docente tiene que despertar la motivación que tiene un papel muy positivo en el rendimiento. Se distinguen dos tipos de motivación:

#### a. Motivación intrínseca.

Es aquella que nos conduce a saber más porque el propio aprendizaje en sí nos produce satisfacción.

#### b. Motivación extrínseca.

Es aquella que se produce por algún factor externo como puede ser la consecución de un premio, aprobar, etc.

Esta diferenciación de la motivación se debe a que existen sujetos orientados hacia metas de aprendizaje y sujetos orientados hacia metas de rendimiento.

No cabe duda de que la motivación intrínseca es más valiosa y compleja. Dentro de ella encontramos la motivación emocional o afectiva y la motivación intelectual.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

No debemos dejar de mencionar el papel tan importante que la motivación social adopta entre los individuos.

### 3.1. Medios para conseguir motivar.

La motivación adquiere una gran importancia en el marco de la teoría cognitiva puesto que supone la construcción de aprendizajes significativos resultando en:

- La construcción de los nuevos conocimientos que se incorporan a estructuras conceptuales ya existentes.
- Se da una organización de las estructuras ya poseídas..
- Un intento de dar sentido al mundo.
- La atribución de significado relevante a los conocimientos.
- La fácil obtención de una motivación intrínseca en el alumno.

La motivación se debe ajustar al desarrollo de las personas, porque no todas reaccionan siempre del mismo modo ante los mismos estímulos. Además, el mismo profesor debe impulsar a los alumnos a conseguir metas, a ser conscientes de las actividades que se van a realizar, a conocer los resultados de las evaluaciones, etc.

En cuanto a las tareas, estas deben tener un grado de dificultad medio, ni muy difíciles ni muy fáciles. El profesor puede motivar a través de preguntas, observaciones, etc. Provocando reflexión y participación en el estudiante, constituye así una verdadera comunidad educativa y de aprendizaje en medio de un clima estimulador. Por tanto, el docente debe contribuir al desarrollo positivo de la motivación, el cual se puede conseguir a través de:

#### 1. Consecuencias de las expectativas del profesor en el alumno.

Las expectativas que el profesor tiene en el alumno influyen en la conducta de éste. Si el profesor cree y estimula a los alumnos, éstos progresarán adecuadamente. La motivación del propio alumno se centraría en la estimulación de su voluntad de aprendizaje, y esto se observa en una actitud positiva ante el aprendizaje.

#### 2. Importancia del autoconcepto positivo.

La valoración positiva del docente repercute en el autoestima del sujeto, así se potencia como persona y como estudiante.

A continuación mencionamos una serie de acciones por parte del profesor para mejorar el rendimiento y el volumen total de la motivación:

- Usar el elogio más que la crítica.
- Respetar y utilizar las ideas de los alumnos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 41 – ABRIL DE 2011

- Hacer muchas preguntas sobre el contenido del aprendizaje.
- Comprobar y revisar los trabajos realizados.
- Resolver las dudas de los mismos de forma clara y precisa.
- Mostrar entusiasmo por la enseñanza.
- Dedicar tiempo al trabajo.

### 3. Aprendizaje significativo y motivación intrínseca.

Los alumnos que poseen una motivación intrínseca hacen que su aprendizaje sea significativo relacionando los nuevos conocimientos con los ya adquiridos, creando así un pensamiento creativo.

### 4. Motivar a través de valores.

La motivación depende de los valores que transmita la persona. Es importante una buena educación en valores para desarrollar la motivación. Hay tres momentos esenciales para ello:

- a. Toma de conciencia del valor.
- b. Relación de la persona con el valor ubicándolo en su nivel de aspiración.
- c. Esfuerzo para lograr el valor deseado.

### 5. Procedimientos de motivación tradicionales.

Algunos de los más conocidos son: relación con la realidad, éxito inicial, fracaso ocasional, participación activa y directa a los alumnos, trabajo en grupo, estímulo personal, etc.

### 6. Estrategias didácticas para la motivación.

Pueden ser utilizadas por profesores y alumnos como elementos motivadores. Algunas de ellas son: presentación de contenidos de forma atractiva, trabajo bien organizado en el tiempo, que el alumno aprenda a aprender, uso de medios e instrumentos que potencien el aprendizaje.

## 3.2. CREATIVIDAD EN EL AULA

Ante las demandas de la sociedad actual nos vemos obligados a dar respuestas a las conductas creativas. Se nos plantea la necesidad de promover la creatividad, el dinamismo, la iniciativa, la capacidad innovadora, la actitud emprendedora, etc.

Los jóvenes realmente manifiestan un fuerte carácter creativo, deciden qué profesión escoger, qué relaciones tener, cómo desarrollar nuevas ideas, etc. Sin embargo, todo esto está condicionado por múltiples patrones culturales, muchos de los cuales merman el comportamiento creativo.

Cada una de las edades que vivimos refleja un momento decisivo para la creatividad, lo que implica un comportamiento decisivo en la creación de contextos donde la creatividad de las personas pueda desarrollarse sin obstáculos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 41 – ABRIL DE 2011

Aparte de la creatividad individual, también podemos considerar la creatividad grupal, la cual es ventajosa para llevar a cabo diferentes objetivos. Trabajar en equipo y desarrollar creatividades se está convirtiendo en uno de los valores más importantes a nivel mundial. Para estimular la participación de cada miembro del grupo debemos centrarnos en los siguientes factores:

- Personalidad, independencia y autonomía de acción de cada miembro del grupo.
- Espontaneidad: capacidad para trabajar en equipo.
- Capacidad de comunicación: saber comunicarse verbal o no verbalmente.

Para que un grupo creativo se considere “ideal” es necesario tener claro cuál es el objetivo del grupo y de cada uno de sus miembros. Sólo si las metas comunes e individuales se centran en lo mismo, el trabajo del grupo será superior al promedio. Se señala, por tanto, el objetivo general u se acepta toda contribución creativa.

- Dimensión del grupo: para que ésta sea la adecuada, hablaremos de una dimensión de cinco a siete personas. Un número menos de participantes implica una exigencia de trabajo mayor para el individuo y un número mayor inhibe la participación de ciertos miembros.
- Heterogeneidad: los grupos creativos deben ser heterogéneos con respecto a las características individuales y sociales. Este grupo dispondrá de mayor cantidad de información porque sus miembros piensan de una forma diferente.
- Jerarquía: se imponen estatus y roles dentro del grupo y no socialmente determinados. Esto no se ha de confundir.
- Actividad: el tiempo dedicado a la actividad depende del tipo de trabajo y de los objetivos a conseguir. También habrá que dedicar tiempo a la formulación del problema, el hallazgo de ideas y la evaluación y la realización.
- Integración: es el grado de facilidad o dificultad que encuentra un grupo para aceptar un nuevo miembro.
- Autonomía: es la independencia del grupo respecto a los contactos externos.
- Normas: se trata de normas que regulan el comportamiento de los miembros del grupo. Las normas válidas en el grupo creativo son siempre orientadoras, nunca restrictivas.
- Flexibilidad: los miembros del grupo planearán sus tareas y el modo más adecuado de completar su tarea.
- Confianza: el individuo debe ser aceptado íntegramente, dándole la posibilidad de actuar espontáneamente. Esta actitud concede al individuo la libertad para pensar, sentir, etc., para así poder experimentar espontáneamente.

Por último, hay que resaltar la poca importancia que desde las administraciones educativas se ofrece al acto creativo, no por ello menos significativo en el proceso de enseñanza-aprendizaje.



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 41 – ABRIL DE 2011

#### 4. CONCLUSIÓN.

Siempre asociamos el aprendizaje al estudio. Tenemos que ser conscientes de la importancia de muchas técnicas de estudio. Como docentes debemos mostrárselas a nuestros alumnos para que desarrollen su proceso de aprendizaje de la manera más autónoma y eficaz posible permitiéndoles desarrollar sus habilidades y competencias para enfrentarse al mundo real.

#### 5. BIBLIOGRAFÍA.

- Muñoz, G., y Cuenca, F. (1984). *Técnicas de trabajo intelectual*. Madrid: Escuela Española.
- Acosta, M. (1998). *Creatividad, motivación y rendimiento*. Granada: Aljibe
- Bautista Vallejo, J.M. (1998). *Atención a los sujetos creativos*. Madrid: M.E.C.
- Marín Ibáñez, R. (1981). *Creatividad y educación*. Madrid: M.E.C

#### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: Sandra Camacho Ruiz
- Centro, localidad, provincia: Torrox, Málaga
- E-mail: sandcaru@yahoo.es