

**CÓMO
APRENDER
A ESTUDIAR
Y CÓMO
ESTUDIAR
PARA
APRENDER**

STUDY TEAM

ES UN EQUIPO DE PROFESIONALES ESPECIALISTAS EN APRENDIZAJE Y EDUCACIÓN.

Bajo la dirección de la Lic. Florencia Casares, un equipo de coordinadoras y tutores capacitados trabajan para colaborar en la mejora del rendimiento académico de estudiantes en edad escolar y/o universitaria.

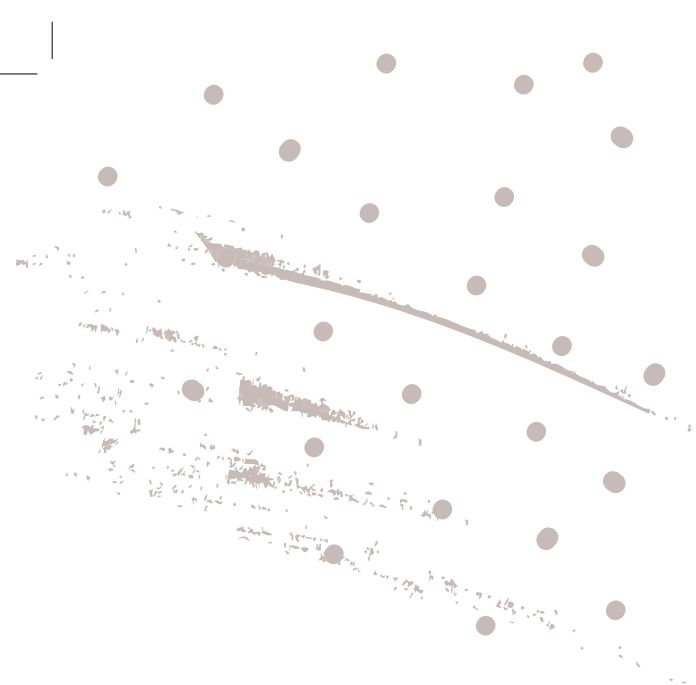
A partir del diseño y aplicación de estrategias de intervención que vinculan las diferentes áreas de la vida del alumno, planifican y ejecutan estratégicamente su apoyo escolar. Cada plan de acción es diseñado teniendo en cuenta las circunstancias personales del estudiante y las causas que dieron lugar a su situación particular.

Además, buscan fomentar la perseverancia y el deseo de autosuperación en alumnos con y sin desafíos en el neurodesarrollo (DEA, TEA, ADHD, entre otros).

iComunicate!



**www.study-team.net | [@studyteam_ar](https://www.instagram.com/studyteam_ar)
| somosstudyteam@gmail.com**



Casares, Florencia
Cómo aprender a estudiar y cómo estudiar para aprender /
Florencia Casares ; Sofia Pássaro Lorenzo ; Agustina Barada ;
editado por Luli Bonardi. - 1a edición para el profesor - Villa Adelina
: Pablo Ezequiel Pradella ; Ciudad Autónoma de Buenos Aires :
Neuroaprendiza Infantil, 2021.
148 p. ; 30 x 21 cm.

ISBN 978-987-88-0093-6

1. Técnicas de Estudio. I. Pássaro Lorenzo, Sofia. II. Barada,
Agustina. III. Bonardi, Luli, ed. IV. Título.
CDD 370.28

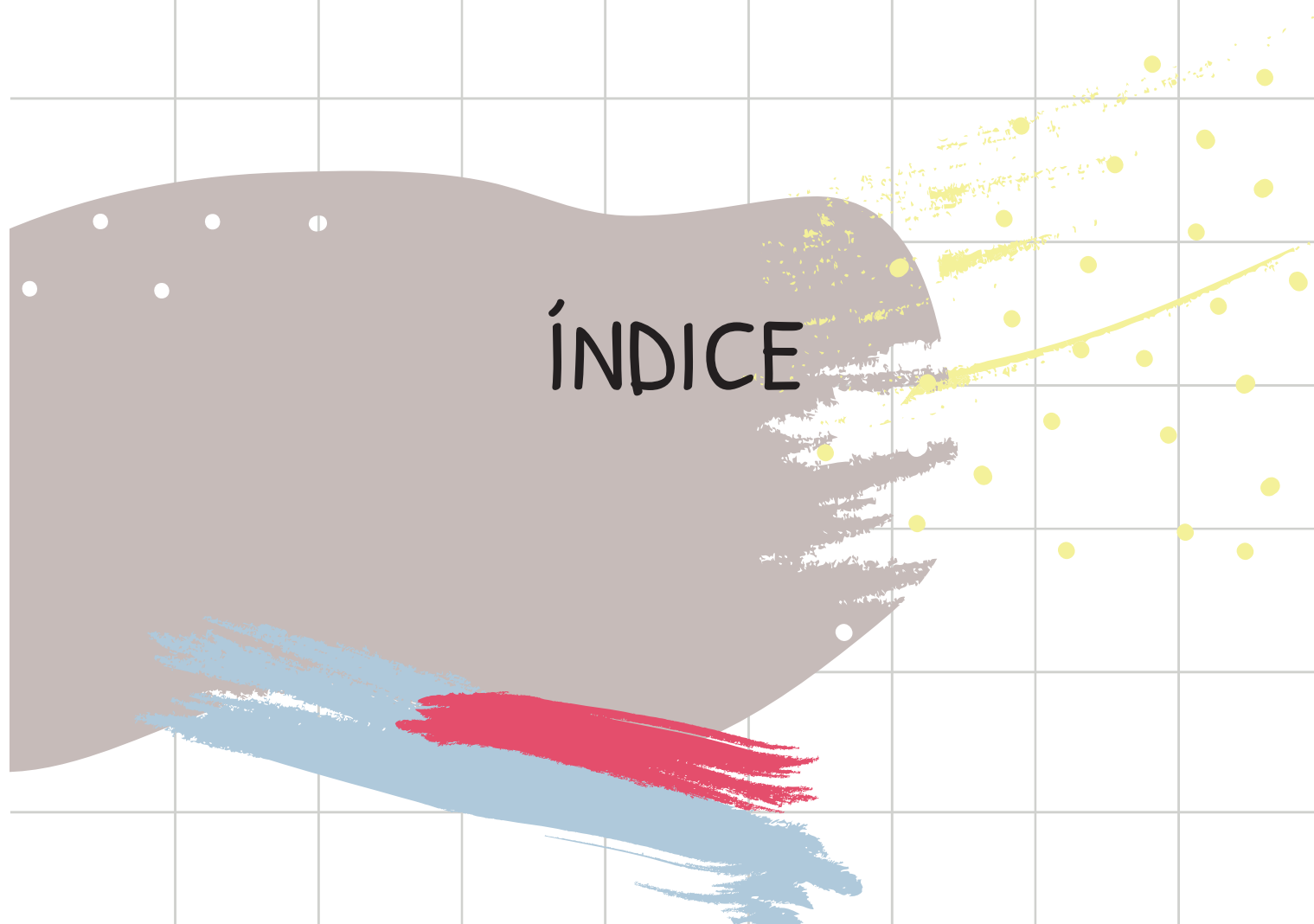
AGRADECIMIENTOS

Este libro no hubiese sido posible sin el aporte de Paulina Sarlo y Almendra Luz Sansón, coordinadoras del equipo de Study Team, quienes nos brindaron su tiempo y experiencia. Agradecemos especialmente a Cecilia Agost Carreño y Paula Uhrig, cuyos valiosos aportes, correcciones y acompañamiento enriquecieron este libro y nuestro trabajo diario. Al equipo de tutores, especialmente Iara Szklar y Lautaro Fiori por darnos su mirada “matemática”. A nuestras familias y amigos que nos acompañaron con paciencia y amor durante el proceso de escritura.

A todos ellos, muchas gracias.



ÍNDICE



	Prólogo por el Dr. Gustavo Abichacra	.11
	Prólogo por la Lic. Cecilia Agost Carreño	.13
	Introducción para profesionales, docentes y padres	.15
	Introducción para quienes van a usar el libro	.20
	¿Qué tiene y cómo funciona este libro?	.22
CAP. 01 ¿CÓMO SOY COMO ESTUDIANTE?	Cuestionario CHADE	.25
	Revisemos tus resultados	.30
	Descripción de las escalas	.38
	¡Comparalo con tu rendimiento!	.38
	Anexo 1	.40
CAP. 02 UNA CARRERA CONTRA EL TIEMPO	<i>Carrera contra el tiempo</i> por Lic. Paulina Sarlo	.44
	Calendario mensual	.45
	Horario semanal	.47
	Agenda semana	.50
	¡Hora de tomarse un descanso!	.55
CAP. 03 ¡A ESTUDIAR!	Antes de empezar	.58
	La atención	.58
	Las materias	.59
	Los/as maestros/as y profesores/as	.60
	Contexto y <i>actitud</i>	.60
	Los métodos de estudio	.61
	E.LA.PI.MEC.A	.62
	T.HR.O.P.A	.83
CAP. 04 ME PREPARO PARA RENDIR	¿Por qué es importante preparar nuestros exámenes?	.93
	¿Cómo me preparo para los exámenes?	.94
	Las palabras clave. ¿Por qué son importantes?	.94
	Las consignas. ¿Entiendo siempre lo que me piden?	.95
	Los tipos de respuesta.	.102
	Tipos de pruebas. ¿De qué forma me van a evaluar?	.102
	Trabajos prácticos	.102
	Escritos	.104
	Orales	.106
	Me lleve materias, ¿qué hago?	.107

CAP. 05		
MI CAJA DE HERRAMIENTAS		
	TIPS de subrayado	.112
	Toma de apuntes, ¿cómo lo hacemos?	.113
	Reglas mnemotécnicas	.114
	Uso de conectores: ¿Qué son? ¿Para qué me sirven? ¿Cuáles son?	.116
	La tecnología como aliada del estudio	.117
	¿Cómo estimular el cálculo mental?	.122
	Tips para resolver situaciones problemáticas	.124
	Herramientas para conservar la calma / relajar los pensamientos	.125
	Bibliografía	.127
CAP. 06		
MATERIAL PARA RECORTAR Y USAR		
	Calendario	.131
	Horario	.133
	Boletines	.135
	E.LA.PI.MEC.A	.137
	T.HR.O.P.A	.139
	Conectores	.141
	Mandalas	.143

PRÓLOGO

.

Este libro, ideado y dirigido por Florencia Casares y el equipo que conforma Study Team, nos será de gran utilidad para poder ver en qué forma nuestros alumnos, con y sin dificultades de aprendizaje, pueden acceder, a través de la utilización de herramientas basadas en la evidencia, a los contenidos marcados en nuestra currícula.

Contaremos con una guía que será de gran ayuda tanto para los docentes como para los profesionales y para las propias familias, ya que cuenta con actividades de fácil aplicación que tienen como único objetivo el poder acompañar, de una manera adecuada, los procesos de enseñanza y aprendizaje de nuestros niños y adolescentes.

En los diferentes capítulos se nos brindará, de forma práctica, cómo organizar, adecuar y evaluar a los alumnos de acuerdo con las diferentes formas de aprender que presenta cada uno de ellos. Además, se propondrá tener mucha consideración tanto en sus capacidades cognitivas como en sus capacidades emocionales y sociales.

Es tan importante saber cómo un alumno puede aprender así como la forma en que ese alumno debe ser evaluado, es decir: según corresponda, de acuerdo con su singularidad. Esto hace que él mismo pueda ver reflejado en los resultados todas sus capacidades, sin que lleve implícito el fracaso escolar y/o personal. Si no contempláramos a los alumnos de la manera en que se merecen podríamos ocasionarles un daño en su autoestima.

Como siempre sostengo, es el sistema educativo el que se debe

adecuar a las necesidades de cada alumno. No es el alumno el que debe adaptarse al sistema. Debemos tener en cuenta el enorme costo que ello implica.

Existiendo diferentes formas de aprender, no puede existir una única manera de enseñar. Aquí podremos encontrar las diferentes maneras de hacerlo y las técnicas necesarias para poder alcanzar y superar, con base en el éxito personal, nuestro pasaje por las aulas.

Gracias por ayudar un poquito más a nuestros niños a vivir una escolaridad con felicidad.

Dr. Gustavo Abichacra

PRÓLOGO

•

Cómo aprender a estudiar y cómo estudiar para aprender es, principalmente, un libro que ubica al alumno como auténtico protagonista del proceso de aprendizaje. Y que reúne de manera muy amena las estrategias más eficaces para aprender a estudiar.

El equipo de Study Team, con amplia experiencia en tutorías y trabajo en equipo con profesionales de diferentes disciplinas, comparte en este libro estrategias de trabajo que pueden ser aplicadas tanto en el marco de un tratamiento psicopedagógico como en el trabajo con profesores de apoyo o en casa. Hablar un mismo idioma entre los equipos de tutores y los profesionales ayuda a obtener mejores resultados y a conformar un trabajo integral y coordinado.

En un primer apartado, el texto incluye un profundo cuestionario en el cual se busca que el alumno conozca su propio perfil como estudiante, contemplando no solo aspectos académicos si no también aquellos más “blandos” que influyen en su desempeño, como la autoestima, la actitud, la autoeficacia o el manejo de la ansiedad.

A lo largo del libro, se desarrollan las técnicas de estudio originales, resultado del recorrido profesional del equipo de Study Team, siempre con lenguaje coloquial y variedad de ejemplos, así como de tips prácticos.

No menos importante es el apartado de preparación de exámenes, en el cual se tienen en cuenta los tipos de materias y

estrategias específicas para enfrentarse a las diferentes modalidades de evaluación.

El manejo del tiempo ocupa un lugar privilegiado y atraviesa todos los capítulos, con la clara intención de apuntar a la meta cognición, es decir, a la capacidad para desarrollar consciencia y control sobre el propio pensamiento y aprendizaje.

El apartado final enriquece el texto con herramientas tecnológicas para poder aprovechar al máximo los recursos que brinda internet a los estudiantes.

Sin duda, tanto alumnos como docentes y profesionales, van a encontrar en este libro una herramienta muy eficaz que los ayude a aprender a estudiar, pero, sobre todo, los acompañará en el camino de aprender a aprender.

Lic. Cecilia Agost Carreño
Psicopedagoga

Este libro está dedicado a los niños, niñas y adolescentes que luchan día a día para superarse y enfrentarse a la difícil tarea de estudiar.

Especialmente a la más pequeña del equipo: Catalina.

Ellos son el futuro.