



Fecha: 21-06-2018

Fuente: Hoy x Hoy

Pag: 12

Art: 2

Título: Expertos recomiendan estrategias para salvar el semestre académico

Tamaño: 26,3x9,8

Cm2: 258,7

Tiraje: 82.528

Lectoría: 262.829

Favorabilidad: No Definida

Expertos recomiendan estrategias para salvar el semestre académico

Tomar apuntes a mano y estudiar en grupo son dos claves para aprender más en el escaso tiempo que queda.



SHUTTERSTOCK

Estudiar en grupo suele ser muy provechoso a fin de semestre.



Fecha: 21-06-2018

Fuente: Hoy x Hoy

Pag: 12

Art: 3

Título: Expertos recomiendan estrategias para salvar el semestre académico

Tamaño: 13,2x7,9

Cm2: 103,6

Tiraje: 82.528

Lectoría: 262.829

Favorabilidad: No Definida

Natividad Espinoza R.

A estas alturas del semestre, la incertidumbre sobre si terminarán o no victoriosos el semestre debe tener nerviosos a muchos universitarios. Frente a este escenario, la mejor opción es esforzarse al máximo en las últimas pruebas, trabajos y exámenes.

Pero, ¿qué hacer para tener los mejores resultados? Según el coach educacional y director del Magíster en Psicología Educacional de la U.

Mayor, Rodrigo López, lo primero que debe hacer un estudiante en estas circunstancias es tomar decisiones. “Ellos tienen que definir las acciones a realizar en el marco real de sus posibilidades”, explicó.

Asimismo, el experto destacó la importancia de que los estudiantes hablen de su situación, tanto con profesores como con compañeros y otras personas que les sirvan de apoyo. “Lo peor que puede hacer un alumno en estos casos es callar”, dijo el experto.

Una vez hechas estas ta-

reas quedan dos importantes cosas por hacer: aprovechar al máximo las clases que quedan y mejorar la calidad del estudio.

QUÉ HACER EN CLASES

De acuerdo al doctor en Educación y docente de Pedagogía de la Universidad de Las Américas, Juan Pablo Catalán, tomar apuntes a mano es una buena forma de aprovechar las clases, puesto que mejora la retención de ideas. “Cuando se escribe en un teclado se hace tan rápido que el cerebro no llega a procesar la informa-



Fecha: 21-06-2018
Fuente: Hoy x Hoy
Pag: 12
Art: 4

Tamaño: 13,0x8,4
Cm2: 109,6

Tiraje: 82.528
Lectoría: 262.829
Favorabilidad: No Definida

Título: Expertos recomiendan estrategias para salvar el semestre académico

ción, pero al escribir de la forma tradicional, nuestra mente se ve obligada a pensar en el contenido, en la forma y a resumir lo más importante”, aseguró el experto.

Por su parte, López aconsejó grabar las clases (cuando el docente lo permite, claro).

CÓMO ESTUDIAR

Para Catalán, un tip útil a la hora del estudio es no releer los textos, sino que hacerlo una sola vez analizando en profundidad. Así, “el cerebro debe esforzarse para recordar lo leído”, manifestó.

También aconsejó ir alter-

nando temáticas, puesto que “de acuerdo a Harvard es muy beneficioso para el cerebro”.

López, en tanto, llamó a los alumnos a aplicar técnicas de estudio que les han sido útiles en el pasado (hacer resúmenes, subrayar, etc.) y destacó las bondades de estudiar en grupo. “Muchas veces los alumnos terminan aprendiendo más de sus pares que de los profesores”, aseguró.



TOMAR PAUSAS

e incluso dormir siestas durante el estudio es aceptado, según experto.