

ESTRATEGIAS DE APUNTES Y ESTUDIO PARA PREGUNTAS TIPO TEST

Los apuntes deben estar diseñados para **recordar**, no para leer.

- Organiza la información por temas, no por el orden de las clases o del temario.
- Resume cada tema en una o dos páginas como máximo.
- Destaca únicamente:
 - conceptos clave;
 - definiciones;
 - clasificaciones;
 - excepciones;
 - fórmulas o procedimientos;
 - errores frecuentes.
- Utiliza tablas comparativas para conceptos similares que puedan confundirse.
- Añade un apartado de “**preguntas trampa**” con aspectos que suelen inducir al error.
- Al final de cada tema escribe:
 - las cinco ideas imprescindibles;
 - los cinco errores más frecuentes;
 - las cinco preguntas que probablemente haría un examinador.

Convierte la información en preguntas. Por ejemplo, en lugar de escribir:

“Los Estatutos de la UPV establecen que el Claustro Universitario es el máximo órgano de representación de la comunidad universitaria.”

Es preferible escribir:

¿Cuál es el máximo órgano de representación de la comunidad universitaria según los Estatutos de la UPV? Este formato favorece el recuerdo activo.

TÉCNICA DE ESTUDIO DE PREGUNTAS TIPO TEST

La evidencia científica muestra que **leer varias veces es una de las técnicas menos eficaces**.

Las estrategias más efectivas son:

Recuperación activa

Lee un apartado.

Cierra los apuntes.

Explícalo de memoria.

TU TAMBÉ ERES UNIVERSITAT

Secció Sindical de CCOO-UPV
Camí de Vera S/N - Edifici 4G - 46022 VALÈNCIA.
+34 963 877 040 ext. 77040- 77043
ccoo@upv.es

www.ccoo.upv.es

AFILIA'T!

Comprueba qué has olvidado.

Repite.

Repetición espaciada

No estudies un tema una única vez.

Revísalo:

- al día siguiente;
- tres días después;
- una semana después;
- dos semanas después;
- un mes después.

Así se consolida la memoria a largo plazo.

Intercalado

No estudies cuatro horas seguidas el mismo tema.

Alterna materias diferentes.

Ejemplo:

- Tema 3
- Tema 8
- Tema 1
- Tema 12

El esfuerzo de cambiar entre contenidos mejora el aprendizaje.

Autoevaluación constante

Haz preguntas tipo test desde el principio.

No esperes a “saber el tema” para empezar a practicar.

Cada error es información muy valiosa.

Así que ¡¡¡utiliza nuestros tests para repasar!!!

TU TAMBE ERES UNIVERSITAT

Secció Sindical de CCOO-UPV
Camí de Vera S/N - Edifici 4G - 46022 VALÈNCIA.
+34 963 877 040 ext. 77040- 77043
ccoo@upv.es

www.ccoo.upv.es

AFILIA'T!