

INDICE

AGENDAR SESIÓN.....	1
Nº ACADEMIA	2
MATERIAL SESIONES	2
PALABRAS CLAVE Y COMPRENSIÓN.....	2
2. VERIFICACIÓN.....	3
3. ESQUEMAS JERÁRQUICOS	4
4. MEMORIZACIÓN EJ	11
5. MEMORIZACIÓN OTRAS COSAS.....	11
6. REPASOS PROGRAMADOS.....	13
7. MÉTRICAS	15
8. CICLOS DE ESTUDIO.....	17
9. ORGANIZACIÓN	17
10. MAPAS MENTALES.....	20
11. GENTE BACHILLER	22
12. EXAMEN TEORÍA APLICADA A PRACTICA	22
13. ESTRATEGIA TEST	23

AGENDAR SESIÓN

Para agendar sesión: en el campus virtual, en la pestaña de soporte tienes un botoncito para agendar sesión. Te llevará a un calendario y allí te salen las sesiones disponibles :D

Si no se ven más sesiones en el mes por que solo se ven vista 14 días que son las que ya están reservadas.

Te adjunto aquí el número de teléfono de la Academia Potencia Tu Estudio (HIS), para que puedas consultar esta duda por ahí, que podrán resolverla mucho mejor y si se liberan huecos te tendrán en cuenta.

Número de móvil: 613 814 237

Cualquier cosilla nos dices

Antonio equipo HIS

Nº ACADEMIA

Te adjunto aquí el número de teléfono de la Academia Potencia Tu Estudio (HIS), para que puedas consultar esta duda por ahí, que podrán resolverla mucho mejor:

Número de móvil: 613 814 237

Cualquier duda relativa al acceso del Campus o cualquier tipo de acceso a las diferentes plataformas que hay, es mucho mejor que puedas preguntarnos por allí.

En cambio, cualquier duda relativa a las Técnicas de Estudio y su aplicación, mejor por aquí :)

Quedo pendiente para lo que necesites

Un saludo

Antonio equipo HIS

MATERIAL SESIONES

Gracias por enviarnos el material! Recuerda tenerlo presente el día de la sesión para poder aprovechar al máximo el tiempo.

PALABRAS CLAVE Y COMPRENSIÓN

PROCESO PALABRAS CLAVE

1. Leo un texto para explicar.
2. Me paro.
3. Selecciono palabras clave.
4. Verifico.
5. Esquemas/resumen.
6. Memorizo.
7. Repaso

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

CUESTA LA COMPRENSIÓN

Vamos a hacer esto

1. Vamos a dedicar más tiempo y energía para comprender, vamos a olvidarnos del tiempo y vamos a estar comprendiendo todo bien. Con esto también subiremos calidad y nos ayudará de cara a la memorización.
2. Vamos frase a frase, paramos cada menos tiempo
3. Vamos a hacer un glosario con todas las palabras o conceptos que nos cuesten más
4. En cuanto a la exigencia, vamos a probar primero a subir calidad con lo anterior, y a la hora de memorizar, ponte un límite. Es decir, si en el examen nos interesa un 8, cada artículo tenemos que llevarlo como para un 8. También ten en cuenta que esto irá aumentando con los repasos.

Prueba esto un par de días y me vuelves a contar como ha ido? Te mola?

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

PARKINSON

Parkinson lo usamos para aumentar la productividad.

La ley de parkinson dice que el trabajo se expande hasta que ocupa por completo el tiempo destinado para su realización.

Es decir, si tengo 3 días para hacer el tema 1, me va acostar 3 días. En cambio si tengo 1h, lo haré en esta hora.

Para aplicar parkinson buscamos aumentar nuestra productividad. Si de normal en un ciclo de estudio haces 3 carillas de palabras clave, con parkinson ponemos un nuevo objetivo de hacer 4.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

2. VERIFICACIÓN

PROCESO VERIFICACIÓN

1. Verificar las palabras clave antes de que pasen 24h desde que las has hecho, lo mejor es cuando has avanzado hacia el "fin" de ese ciclo de estudio.

2. La verificación se hace leyendo las palabras clave subrayadas (incluyendo macro y micro) y desarrollando todo lo que hay detrás de ellas. Empezamos con las dos primeras, y me explico esa parte, sigo con las siguientes... así hasta terminar el párrafo.

El objetivo es intentar decirlo mirando solamente esas palabras que has seleccionado.

3. Super importante no leer el texto, nuestro cerebro no trabaja.

4. Que obtenemos con la verificación

- Situación 1: las palabras que tengo son justo las necesarias para explicarme el texto
- Situación 2: las palabras que tengo no son suficientes para explicármelo → añadido las que necesite

- Situación 3: las palabras que tengo son demasiadas, hay algunas que me sobran —> Quito esas que sobran

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

ESCRIBO LAS PALABRAS CLAVE PARA VERIFICAR

Te dejo aquí pasos que te pueden ayudar.

1. Coge las primeras dos palabras clave y con un papel y tapa el resto del texto.
2. Lee esas dos palabras en voz alta e intenta recordar que decía esa parte, si no te sale puedes coger las 2 siguientes y ver si juntando todas es suficiente. Si no conseguimos sacar nada, habría que ver si metemos más y si ha sido un fallo en el paso de comprensión. Si no está bien entendido, esas palabras no se han cogido bien desde un inicio, porque no significan nada para nosotros.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

3. ESQUEMAS JERÁRQUICOS

ESQUEMA BIEN HECHO

Este esquema jerárquico está muy bien jerarquizado, que es lo más importante. Se nota el efecto cascada, cayendo hacia la derecha, así que perfecto.

La densidad es correcta para después memorizarlo bien y además es muy visual todo.

Enhorabuena :)

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

ESQUEMAS BIEN HECHOS

Estos esquemas jerárquicos están muy bien jerarquizado, que es lo más importante. Se nota el efecto cascada, cayendo hacia la derecha, así que perfecto.

La densidad es correcta para después memorizarlo bien y además es muy visual todo.

Enhorabuena :)

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

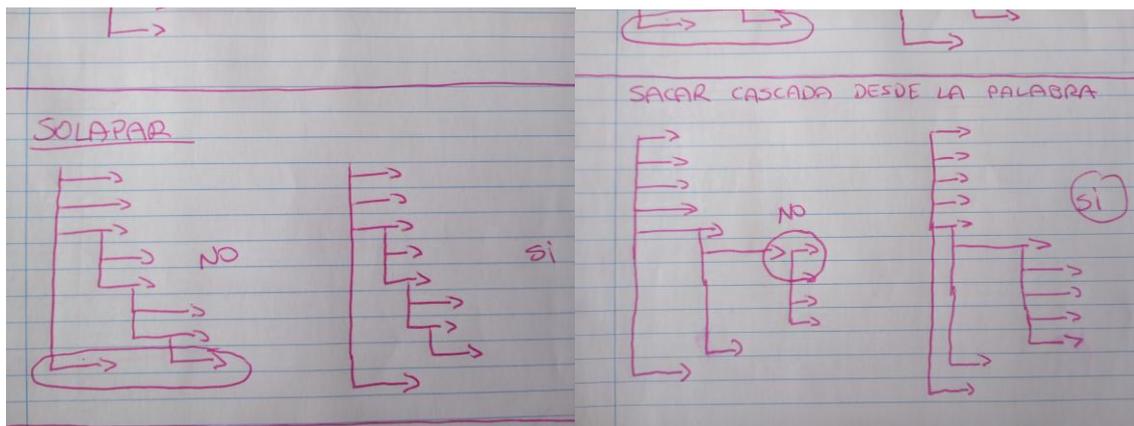
SOLAPAR CASCADAS

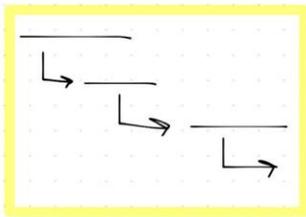
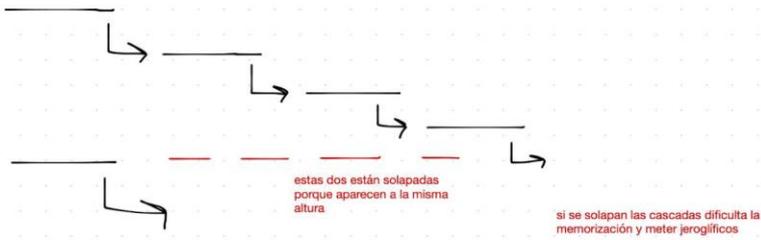
He revisado los distintos esquemas que han llegado. En los esquemas no nos interesa que se solapen unas ramas de manera paralela a otra o que haya dos apartados a la misma altura, siempre hacia debajo para que sea lo más claro posible. No es necesario que cambies los que ya has hecho ni repetir, es para ir aplicando en los siguientes.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

En los esquemas no nos interesa que se solapen unas ramas de manera paralela a otra o que haya dos apartados a la misma altura, siempre hacia debajo para que sea lo más claro posible, además de que nos interesa de cara a la memorización tener sitio a la derecha sin que se solape. No es necesario que cambies los que ya has hecho ni repetir, es para ir aplicando en los siguientes. Te mando ejemplo de lo que me refiero.





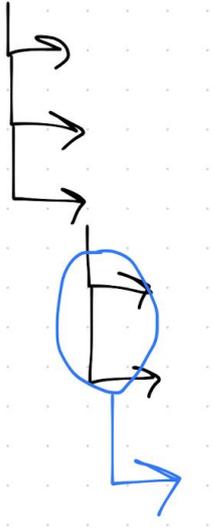
si movemos las jerarquías más hacia la izquierda, conseguimos meter más y que cuando vayan bajando no se solapen con la siguiente porque vemos bien donde acaban.

Cuando pasa a otro folio



JUNTAR IDEAS

¿Te serviría “rodear” las flechas de arriba y sacar la jerarquía nueva desde ese círculo? Te mando un ejemplo.



Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

ESQUEMAS LARGOS/TAMAÑO ESQUEMAS

Los esquemas tienen la densidad con las palabras que tú necesites para memorizar, no quites información útil o que necesites para que entre en una carilla. Puedes usar todas las que necesites.

Si tienes 100 palabras: puedes hacer un EJ de 100, 2EJ de 50, 3 EJ de 33...
La información no varía, solo el espacio.

Por esto es fundamental la verificación

Más adelante Joan explicará los mapas mentales, en los que juntaremos muchos esquemas juntos.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

3-4 PALABRAS

Hay alguna parte que queda un poco más densa, recomendamos que no pongais más de 3-4 palabras en la misma línea.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

ESQUEMAS PARALELOS

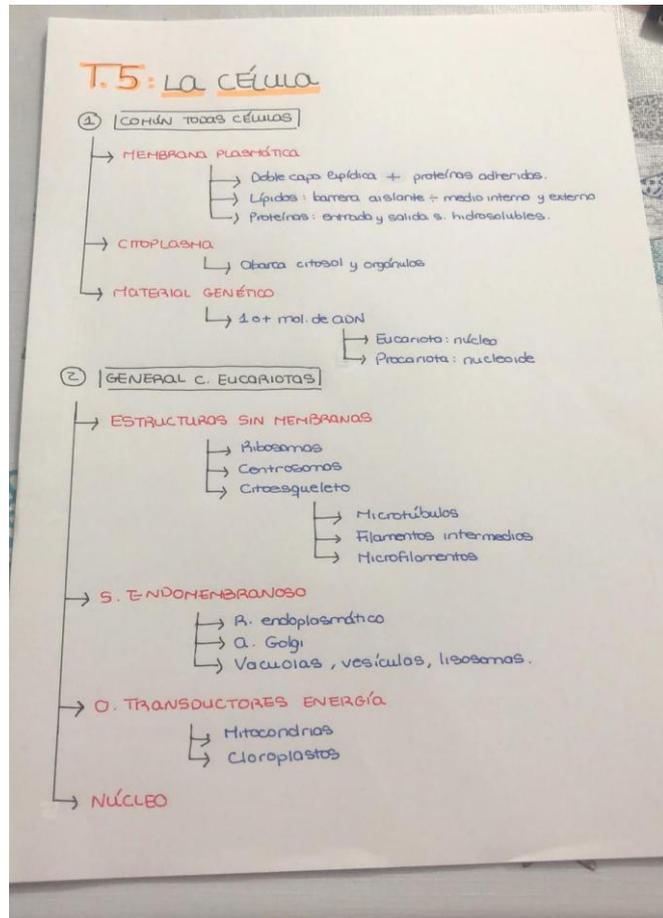
En cuanto al esquema, no nos interesa que haya columnas paralelas ya que dificulta el proceso de memorización, te adjunto foto de ejemplos de esquemas. No es necesario que reelabores los ya hechos, puedes aplicarlos a los siguientes.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

ESQUEMAS EJEMPLO

CIENCIAS



TEMA 1. EQUIPOS DE INTERVENCIÓN

1.1 EQUIPOS PROT. PERSONAL PARA RESCATE EN ACCIDENTES TRÁFICO

→ GARANTIZAR la seguridad de los trabajadores

→ PROTEGER frente a:

- Calor
- Contaminantes
 - ↳ Químicos
 - ↳ Biológicos
- Caídas
- Condiciones meteorológicas

→ Protección de PARTES DEL CUERPO:

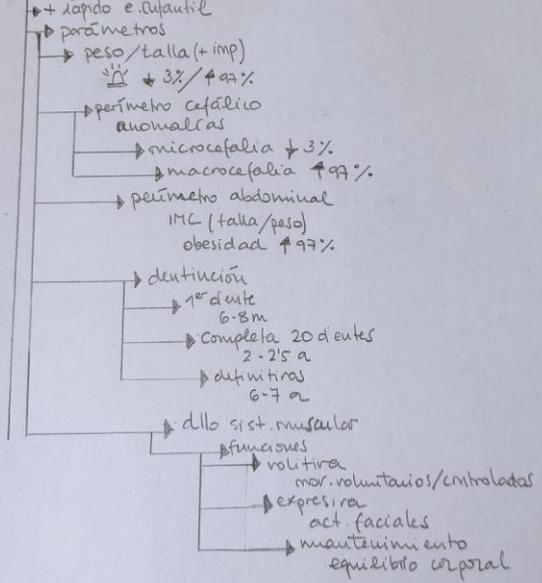
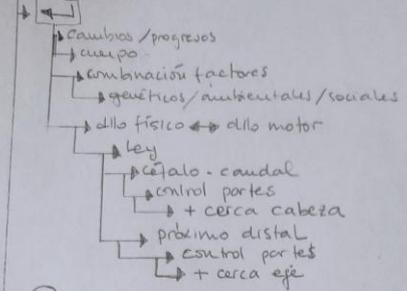
- Cuerpo
 - ↳ Chaqueta
 - ↳ Lubrepantalón
- Cabeza y ojos
 - ↳ Casco
 - ↳ Protección ocular o gafas
- Pies y Manos
 - ↳ Manos
 - ↳ Guantes
 - ↳ Sanitarios (Dentro)
 - ↳ Intervención (fuera)
 - ↳ Pies
 - ↳ Botas
- Vías respiratorias
 - ↳ Máscarillas desechables
 - ↳ Protección
 - ↳ Polvo
 - ↳ Airbag
 - ↳ Cristal

-1.1-

ARTÍCULOS

DENSOS

DLO



4. MEMORIZACIÓN EJ

MEMORIZAR

La memorización es: divido en 3 partes mi esquema

- leo 1ª parte, la memorizo
- leo 2º parte, la memorizo y digo la primera unida a la segunda
- leo 3º parte, la memorizo, digo la primera parte, la segunda y la tercera

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

JEROGLÍFICOS

Los jeroglíficos son solo para lo que nos cuesta memorizar, puede que con el tiempo tengas que añadir, pero al final acaban siendo innecesarios con los repasos.

No hay problema en hacerlos en color, hay alumnos a los que les ha ayudado mucho. Mientras no pierdas mucho tiempo esta TOP

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

MEMORIA VISUAL

No hay problema en hacer los jeroglíficos en color, hay alumnos a los que les ha ayudado mucho. Mientras no pierdas mucho tiempo esta TOP.

También puedes hacerlo con distintos apartados de colores, temas de colores... lo que mejor te funcione sin quitar tiempo!

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

5. MEMORIZACIÓN OTRAS COSAS

MEMORIZACIÓN TABLAS SIMPLES NO VISTO MÓDULO

Sería aplicarlo de la misma manera! Sacar palabras clave y de lo que nos cueste memorizar hacemos jeroglífico y si es necesario via. Las tablas y cosas "ya elaboradas" en las que hay una estructura útil, no hacemos reelaboración, es decir, la estudiamos de allí, no hacemos un esquema.

Más adelante hay un módulo en el que Joan explicará como aplicarlo con las más complicadas.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

MEMORIZACIÓN TABLAS ESTRUCTURADAS

Para memorizar tablas es fundamental comprender cómo están estructuradas. Sacamos palabras clave y de lo que nos cueste memorizar hacemos jeroglífico y si es necesario via. Las tablas y cosas "ya elaboradas" en las que hay una estructura útil, no hacemos reelaboración, es decir, la estudiamos de allí, no hacemos un esquema.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

MEMORIZACION DE FORMULAS

1. Lo primero es asegurarnos de entender todo lo posible. Así, podemos valorar si podemos quitar alguna cosa de memorizar. Si consigo entender más, consolido mejor.
2. Elijo qué necesito del texto y de la fórmula
3. Si son palabras, puedes hacerte un ej con fórmulas; puedes hacer la memorización de fórmulas directamente
4. para la memorización
 - a. números → uso fichas
 - b. letras: lo más fácil es asociar algo grande que empiece por esa letra (si es mayúscula) y algo pequeño (si es minúscula)
 - i. A → avión
 - ii. a → abeja
 - iii. Y → yegua
 - iv. y → yoyó
 - c. elementos → tengo que buscarles una imagen, a poder ser siempre la misma. te dejo por aquí algún ejemplo
 - i. + → collar de una cruz
 - ii. - → cigarrillo en la boca
 - iii. x → tortuga ninja (que lanza las estrellas ninjas)
 - iv. / → tobogán
 - v. () → burbuja
 - vi. barra grande divisora, que deja arriba y abajo → el horizonte
 - vii. = → carretera

Puede ayudarte dividirse la fórmula.

6. REPASOS PROGRAMADOS

REPASOS 1 DÍA - 3 DÍAS- 7 DÍAS → EDICIONES NUEVAS

Tienes que ir haciendo repasos hasta que veamos el módulo de repasos programados.

De momento repasa a las 24h, 3 días y 7 días.... Así se van afianzando los contenidos.

Super importante ir repasando los temas ya estudiados, para llegar al examen con todo lo más fresco posible

- 1 ENERO hago un esquema (1): lo estudio
- 2 ENERO: repaso el esquema 1 y hago el esquema 2
- 3 ENERO: repaso esquema 2 y hago esquema 3
- 4 ENERO: repaso esquema 3 y hago esquema 4
- 6 ENERO: repaso esquema 4 y 1, hago esquema 5
- 7 ENERO: repaso esquema 5 y 2, hago esquema 6

De esta manera el siguiente repaso del esquema 1 sería el 13 de ENERO, 7 días desde el último repaso.

No necesitamos terminar el tema entero para repasarlo, es decir, si hoy me hago 3 esquemas del tema 1 no voy a esperar a tener los 10 esquemas que necesito. Voy a aprenderme ya esos esquemas y me los iré repasando, así con todo el tema. Cuando ya lo tenga todo hecho, puedo empezar a repasarlo todo junto (para que sea más fácil llevar la cuenta de los repasos)

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

REPASOS PROGRAMADOS NORMALES

Estas son las distancias de los repasos programados:

- 1) 24h después de estudiar el tema
- 2) 7 días después del primer repaso (1)
- 3) 14 días después del segundo repaso (2)
- 4) 21 días después del tercer repaso (3)
- 5) 28 días después del tercer repaso (4)
- 6) 35 días después del tercer repaso (5)
- 7) 42 días después del tercer repaso (6)
- 8) REPASOS CADA 42 DÍAS

No necesitamos terminar el tema entero para repasarlo, es decir, si hoy me hago 3 esquemas del tema 1 no voy a esperar a tener los 10 esquemas que necesito. Voy a aprenderme ya esos esquemas y me los iré repasando, así con todo el tema. Cuando ya lo tenga todo hecho, puedo empezar a repasarlo todo junto (para que sea más fácil llevar la cuenta de los repasos)

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

ADELANTAR REPASOS

Puedes adelantar repasos si lo necesitas, es decir, si hay temas que te cueste más al repasar, puedes adelantarlos, te pongo ejemplo:

- repaso del día siguiente
- repaso de 7 días
- repaso de 14 días → uy, me veo que me ha costado, en vez de hacer el siguiente repaso en 21 días, lo hago en otros 14
- repaso de 14 días → okey, ha ido mejor, lo paso a 21 días
- repaso de 21 días
- ...

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

MÉTODO REPASO

Por el repaso es normal, es como cuando te aprendes una canción: al principio dices pocas cosas, pero según la vas escuchando más te las vas aprendiendo. Por eso hacemos tantos repasos, para que las cosas que no se quedan en el primero se vayan afianzando en el siguiente.

En cuanto al sistema de repaso es correcto leer las primeras palabras, son las “palabras detonantes” que nos permiten ir diciendo el texto.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

7. MÉTRICAS

MÉTRICAS

Tiempos:

- haz un ciclo de estudio solo de comprensión y palabras clave: así calculas cuantas carillas haces en x minutos, lo divides y tienes cuanto te cuesta la carilla
- lo mismo con esquemas y verificación: cuenta cuantos esquemas haces en ese ciclo sumado a la verificación. También habría que tener en cuenta la memorización

Para el total suma cuanto te ha costado, si por ejemplo metes 2 carillas de teoría por esquema y cada esquema te cuesta 15 min, hay que sumar 2 carillas de palabras clave:

- Palabras clave: 10 min por carilla → 20 min (estamos contando con que metemos 2 por esquema)
- Esquema: 15 min (2 carillas)
- memorización del esquema: 20 min

En total cada 2 carillas te cuestan 55 min. Creo que resulta más sencillo hacerlo dependiendo de las carillas por esquema.

Mídete cada x tiempo, no es necesario hacerlo en todos los ciclos y continuamente.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

Para las métricas, lo más sencillo es hacer un ciclo de cada cosa: vamos a tener en cuenta que 45 min es igual a 1h (por descansos y tal) y dos de 25 min son 1h

- 1 ciclo de comprensión y PC: aquí sacamos cuantas carillas hacemos en 1h de comprensión → ejemplo 3 carillas/45 min SOLO COMPRENSIÓN Y PC → 1 carilla PC me cuesta 15 min

- 1 ciclo de verificación y EJ + memorizar

- aquí necesitamos saber más o menos cuantas carillas metemos en 1ej → ejemplo 2 carillas/ej

- cuanto nos cuesta hacer el esquema + memorizar el esquema → si nos cuesta 30 min en total, habríamos esquematizado dos carillas

con estas métricas sacamos: 1 EJ (2 carillas) + PC 2 carillas = 30 min + 15 min + 15 min (15 de cada carilla) = 60 min → en 1 h hago 2 carillas enteras → en 45 min haría 2 carillas PC + hacer esquema, el siguiente ciclo empezaría estudiando ese esquema.

- repasar un par de esquemas: cuanto te cuesta repasar 1 ej, puedes repetir este proceso y sacas la media

Lo importante de las métricas es llevar un seguimiento, no hace falta que sea diario. Lo vas apuntando en una tabla y ves si mejoras, cuando veas esa mejora es importante saber qué nos ha hecho mejorar ese ciclo (más concentración, menos distracciones...), si ese factor vuelve a causar que mejoremos nos interesa incorporarlo a nuestro estudio de manera permanente.

Un saludo

Antonio equipo HIS

CALIDAD

Para la calidad lo irás viendo según avances, de repente verás que te cuesta menos o que comprendes mejor. Te recomiendo no obsesionarte con medirte e ir haciéndolo periódicamente. Puedes apuntarte en un papel tu evolución

Por ejemplo:

- calidad: después de hacer este esquema, cómo de bien me lo sé? → la mitad → 5, un poco más → 6

- concentración: cuanto te cuesta estar focus, va también en relación del tiempo, cuando lo hagas es importante hacerte las preguntas

- en este ciclo qué ha mejorado mi concentración → repetirlo en los siguientes

- qué la ha empeorado → apunto para no repetirlo y corregir cuanto antes

- la cantidad de carillas es lo que he explicado antes

Si tienes alguna duda me dices :D

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

8. CICLOS DE ESTUDIO

Depende de tus objetivos de ese día. Lo importante es tener en cuenta que las carillas que subrayes, nos interesa hacer EJ y memorizarlo cuanto antes. Osea, si queremos hacer 10 carillas al día y tenemos 3h, y por cada hora hacemos PC de 2 carillas no nos va a dar tiempo de hacer EJ, no se si me explico.

Ahora mismo os recomendamos hacer:

- palabras clave de 2 carillas
- verifico 2 carillas
- ej 2 carillas y memorizo

Es un proceso que puede parecer más lento, pero hasta coger confianza con la memorización no nos interesa ver 20 carillas del tirón. Porque nos olvidamos de lo primero.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

9. ORGANIZACIÓN

TAREAS POR CICLOS DE ESTUDIO

Nosotros recomendamos abordar solo una tarea de manera que no tengas que cambiar el método de trabajo y salir de tu concentración.

Los ciclos puedes organizarlos según necesites, pero recomendamos hacer antes los largos y mas tarde los cortos.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

DESCANSOS ENTRE CICLOS

En el descanso buscamos que nuestro cuerpo haga un reseteo, no nos interesa hacer cosas que nos distraigan o nos puedan suponer un estrés añadido.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

CASO COMPLICADO: ORGANIZACIÓN A MUY CORTO PLAZO, MUCHO TEMARIO TODO SIN VER

A lo que se refiere Antonio es que también es importante que, además de estudiar, puedas hacer test para habituarte a esa tipología de examen.

Leyendo tu caso, yo haría lo siguiente:

- 1) Si estás preparando gestión de la Seguridad Social y aún no ha salido y es el que quieres, es buena señal por qué así más tiempo tenemos.
- 2) Si ha salido el de administrativo y quieres ir, genial. Es tu decisión, pero ojo con que eso no nos sature y nos cargue presión y nos reste en lugar de sumar.
- 3) En caso de que quieras ir, siendo el examen el 30 noviembre, podemos crear un plan que nos favorezca lo máximo dentro de las circunstancias del tiempo y lo que comentas que sucedió de mayo a septiembre.
- 4) Plan de acción: quedan 7 semanas. Quitamos 1 para repastos y ultimar cosas. Quedan por lo tanto 6 semanas.
- 5) Miras los temas que más preguntan, como vimos en el módulo del lunes, y creas un nuevo orden en tu temario. De temas más preguntados a menos.
- 6) Con ese orden, reparto esos temas a lo largo de las 6 semanas. Si quieres dime cuántos son y num de pg totales y así puedo precisar mejor. Y si quieres dime también del num de horas que dispones.
- 7) Verás que es complicado meter tantos temas en una semana, pero no pasa nada. A malas intentamos sacar palabras clave de todo todo todo lo que toque cada semana y hacemos solo 1 EJ principal, formato índice, para ahorrar tiempo y avanzar y cumplir.

8) Es imp que repases lo que estudias a nivel diario, a final del día, y también el día siguiente se repasa lo que se estudió ayer. Y el finde se repasa lo que se ha visto esa misma semana.

9) Así las 6 semanas.

10) En la última semana, se repasa de temas mejor estudiados a temas peores, para que los más flojos al menos estén frescos para el día del examen. Y esa semana, haces también el mayor num de simulacros posibles.

No es fácil. Pero esta es la mejor forma que yo veo para maximizar probabilidades.

Un saludo

Antonio equipo HIS

FALTA DE HORAS

Cuando nos faltan horas tenemos distintas opciones.

1. aumentar el rendimiento
2. localizar ladrones de tiempo (movil, distracciones...) para intentar aprovechar ese tiempo
3. comprobar si estamos cumpliendo con nuestros objetivos, si es así, podemos aplicar parkinson e ir aumentado.
4. intentar buscar más horas
5. sacrificar una parte de temario

Lo más complicado es sacar horas, ya que solemos tenerlas ya ajustadas.

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,

Antonio equipo HIS

HORAS SEMANALES DISTINTAS COSAS EXAMEN

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,

Antonio equipo HIS

ORGANIZACIÓN POR CORREO

Para la organización por correo es un poco lio, si quieres te puedo decir los pasos y si te surge alguna duda puedes preguntar sin problema. Más que nada que si te organizo de una manera en la que no te encaje, estaremos continuamente escribiendonos.

- planificación: lo que dijo joan en el mentoring
 - hay que saber cuando tenemos fecha de examen

- marcarnos días de repaso
- empezamos a contar cuantas horas totales tendríamos (si lo pones en horas semanales genial, siempre es más sencillo contar)
- métricas: nos permitirán saber cuantas horas necesitamos
- objetivos realistas: si tenemos que hacer 200 carillas a la semana (por ejemplo) y no llegamos, hay que encontrar la manera de o aumentar tiempo o bajar carillas. En esto es lo que es más facil que te pueda ayudar, si sabemos como el "límite" de lo que puedes llegar a hacer, en como podemos optimizar para llegar a más.

Cuentame qué te parece

Un saludo,

Antonio equipo HIS

Las horas para estudiar son hasta tu fecha ficticia, esta es en la que ya quieras tener todo hecho para empezar repasos, examen, descansos...

10. MAPAS MENTALES

MAPA MENTAL BIEN HECHO

Este mapa está muy bien.

La densidad es correcta para después memorizarlo bien y además es muy visual todo.

Enhorabuena :)

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,

Antonio equipo His

MAPAS MENTALES BIEN HECHOS

Estos mapas están muy bien.

La densidad es correcta para después memorizarlo bien y además es muy visual todo.

Enhorabuena :)

Cualquier cosilla nos dices :D

Un saludo,
Antonio equipo HIS

su objetivo es unificar esquemas de un mismo tema, es decir, no estamos duplicando la información. La estamos reduciendo a las principales palabras que nos permiten desarrollar el tema. Si por ejemplo tenemos 15 ej, cogemos unas 5 palabras de cada uno, y las ponemos todas en el mismo mapa. No estoy copiando, estoy uniendo los conceptos en un mismo sitio.

Además, este mapa lo hacemos con el tema ya memorizado, para asegurarnos de que cogemos las palabras justas.

Un saludo

Antonio equipo HIS

13. ESTRATEGIA TEST

1. Procura adquirir un **ritmo constante** y que te resulte cómodo. No te detengas demasiado en una pregunta. Si tienes dudas, es preferible que pases a la siguiente y retomes la pregunta dudosa en la segunda vuelta o en pasadas posteriores.

2. Lee siempre con atención el **enunciado y todas las opciones de respuesta**. Un error frecuente consiste en seleccionar la primera respuesta que parece correcta, sin llegar a leer las restantes. No es extraño que, al seguir leyendo, uno compruebe que otra respuesta es aún mejor que la que había seleccionado inicialmente.

3. En nuestro examen, para evitar la influencia del azar, se aplica un factor de corrección por el que **cada pregunta fallada resta 0,33 puntos**. Con este factor de corrección, responder al azar todas las preguntas que no sabes sería una temeridad.

4. **¿Cuántas preguntas conviene contestar?** El número depende, naturalmente, de tus aspiraciones y de tu dominio del temario. Si lo que quieres es obtener una matrícula de honor, debes responder —y acertar— prácticamente todas las preguntas. Si, por el contrario, te conformas con aprobar, dicen los expertos que lo más aconsejable es contestar aproximadamente el 80 % de las preguntas. Con esta idea en la cabeza, no parece sensato quedarse corto por tratar de asegurar. Si respondes sólo las 60 ó 70 preguntas que consideras más seguras, corres un riesgo serio de no llegar al aprobado. Si al terminar el examen comprobas que has contestado menos del 75-80 % de las preguntas, tal vez te interese responder alguna más.

5. **Si en una pregunta dudo entre dos opciones, ¿debo contestarla?** Claramente, sí, porque sale rentable. Veamos un ejemplo. Supongamos que, después de haber respondido todas las preguntas seguras, te quedan 6 preguntas para las que dudas entre dos opciones; en cada una de estas preguntas has descartado dos opciones, pero no sabes cuál de las otras dos es la correcta. Si escogieras al azar entre estas dos opciones dudosas, por pura probabilidad deberías acertar 3 preguntas y fallar las otras 3. Las 3 acertadas sumarían 3 puntos ($3 \times 1 \text{ punto} = 3 \text{ puntos}$). Las 3 falladas restarían 1 punto ($3 \times -0,33 \text{ puntos} = -1 \text{ punto}$). Los 3 puntos de las acertadas, menos 1 punto perdido por las falladas, dan un rendimiento neto de +2 puntos. Al final, por tanto, saldrías obteniendo 2 puntos más que si las hubieras dejado en blanco. Como media, por cada pregunta de este tipo contestada, se obtienen 0,33 puntos ($2 \text{ puntos} / 6 \text{ preguntas} = 0,33 \text{ puntos} / \text{pregunta}$).

Hay otra razón para responder las preguntas con dos opciones de respuesta dudosas. La experiencia demuestra que, en este tipo de situaciones, el porcentaje de aciertos suele ser algo superior al teórico 50 %. Es como si existiese un conocimiento latente, inconsciente, que orienta hacia la respuesta correcta con una probabilidad mayor que la del puro azar.

6. **¿Y si dudo entre tres opciones?** En teoría, también sale rentable contestar, aunque aquí la cosa ya no está tan clara. Por ejemplo, si hay 9 preguntas en esta situación y las respondes al azar, lo esperable sería acertar 3 (con lo que sumarías 3 puntos) y fallar 6 (que restarían 2 puntos). El resultado neto sería de 1 punto ganado, es decir, 0,11 puntos por cada pregunta de este tipo contestada. Como ves, cuando se duda entre tres opciones, la ganancia esperable es muy modesta y, aunque las leyes de la probabilidad aconsejan arriesgarse, la probabilidad no es un criterio infalible, de modo que yo recomendaría prudencia. Yo, de entrada, no contestaría si dudo entre tres opciones; marcaría estas preguntas en el cuadernillo, las dejaría para el final y contaría cuántas preguntas he respondido ya (se supone que las contestadas son las preguntas seguras y aquellas para las que dudamos entre dos opciones). Si el número de preguntas contestadas ha alcanzado ya la cifra aconsejable para cubrir tus objetivos (por ejemplo, el 80 % de las preguntas si a lo que aspiras es sólo a

aprobar), entonces yo no contestaría más. Si, por el contrario, te has quedado corta en el número de preguntas contestadas, en ese caso yo las contestaría eligiendo una de las tres respuestas dudosas.

7. Las respuestas debes marcarlas en la hoja de respuestas, que será posteriormente corregida por un lector óptico; lo que escribas en el cuadernillo de preguntas carecerá de valor. No obstante, es muy habitual ir marcando en el cuadernillo de preguntas las respuestas que creemos correctas y luego pasarlas a la hoja de respuestas. Conviene que vayas **pasando las respuestas poco a poco, sin esperar a pasarlas todas juntas al final**. Si dejas esta operación para el último minuto, es fácil que te equivoques. ¿Te imaginas lo que sucedería si, por las prisas, te saltaras un renglón y colocarás la respuesta a la pregunta 7 en la fila de la pregunta 8, y la respuesta a la pregunta 8 en la fila de la pregunta 9, y así sucesivamente hasta llegar a la pregunta 100? ¡Exacto: una mutación por desplazamiento del marco de lectura! Semejante error podría acarrear consecuencias desastrosas.