

# Programa MdE 360°

www.mde360.es



## LO MÁS IMPORTANTE

1. Somos personas. Tenemos **cuerpo, alma y espíritu** (que no es lo mismo que el alma). Nuestro cerebro y sus neuronas tienen que funcionar bien. Nuestra alma es capaz de entender (inteligencia) y querer (voluntad), pero sobre todo tiene que aprender a integrar las emociones y autodominarse en razón del bien que busca. El espíritu aporta la luz para entender lo verdadero de cara a su fin más importante: el encuentro íntimo con Jesús y la salvación personal.

2. Para estudiar es esencial estar **motivados** a aprender y prestar **atención**.  
Atento en clase al profesor: mírale a él, no te duermas en tu mesa y recuerda estar bien sentado.



3. Pasos para aprender algo:

**Comprensión:** Comprender *contenido* y *estructura* del texto (importante la intención);

**Asimilación:** Es hacerlo tuyo, comprender todo lo necesario y saberlo explicar **VERBALMENTE** (mejor a alguien);

**Memorización:** *Repetir* varias veces el contenido (importante ponerle interés y repetirlo en voz alta);

**Repasos:** *Reactiva* el contenido principal (no todo, una cosa recuerda la otra)

4. El proceso completo:

**Vistazo;**

**Lectura.** Rápida (para saber de qué va, ver si es fácil o difícil, es decir, los niveles) y Profunda (comprensión):

**Subrayado:** permite personalizar el texto, manifestar LA RELACIÓN presente entre las diferentes ideas (tanto principales como secundarias) y su organización estructural y conceptual;

**Esquema:** pretende recoger el subrayado y reorganizar el contenido en un modo más sencillo.

**Subrayado del esquema:** consiste en subrayar las palabras que más nos ayudan.

**Memorizaciones:** verbalizaciones de todo el contenido.

**Ficha:** Consiste en hacer el esquema del esquema (también llamado "mapa conceptual");

5. El subrayado:

- **Vertical** (notas al margen):

1. Los conceptos principales (●);
2. Los subconceptos (—);
3. Notas al margen tipo apuntes o palabra-resumen;
4. Lo que el profesor dice que seguramente entrará en el examen (☆);
5. Una definición (Def.);
6. Un ejemplo (Ej.);
7. Algo importante (líneas verticales; el número identificará el nivel de importancia);
8. Enumeración de características, etapas, fases, estadios, secuencias, etc. (①, ②, ③, ...);
9. La relación entre diferentes párrafos o conceptos: relación de consecuencia (  $\Rightarrow$  ), explicación (  $\Leftarrow$  ), vinculación (  $\curvearrowright$  ), etc., es muy importante porque será la que guiará la colocación de los conceptos en el esquema;

- **Horizontal:** - *Estructural* (evidenciar los títulos del mismo nivel de la misma forma);

- *Conceptual* (concepto, descriptivo y palabra clave). Responde a las preguntas:

¿De qué me está hablando este párrafo?	Subrayamos la palabra que lo recuerde	Color verde
¿Y qué tengo que saber sobre este concepto?	Subrayamos tantas frase como las cosas que tenemos que aprender sobre ese concepto	Color amarillo

6. El esquema es personal y es para realizar las verbalizaciones. Tiene que realizarse en folios verticales y tener sobre todo:

El nombre de cada **nivel** en orden:

Bloque / Unidad / Tema (subrayado 3 veces) / Apartados (subrayados 2) / Sub-apartados (subrayados 1 vez);

**Márgenes** abundantes (para posteriores notas) y, sobre todo, **espaciados** proporcionales entre títulos y textos;

Usar **abreviaturas** y **signos**, especialmente: consecuencia, es decir, relación, existe, explicación, ejemplo;

7. Memorización:

Por la **mañana**: atender para tomar **notas** y apuntar las tareas para el día que son en la **agenda**;

Por la **tarde**: revisar agenda / hacer esquemas de lo que se ha visto por la mañana / hacer tareas y ejercicios para el día siguiente / repasar últimos 2 días de esquemas / leer la lección del día después (si hay tiempo);

**Fin de semana:** Repasar bien los esquemas hechos durante la semana y rápidamente los de las 2 semanas antes;

**Los 3 días antes del examen:** leer en voz alta los esquemas y tratar de hacerlo cada día mirándolos menos y con mayor soltura.