

# REPASANDO PARA LOS EXAMENES

## Planea y organiza con antelación el tiempo de estudio

- Haz un calendario de repasos, dando tiempo a cada tema.
- Asegúrate de que cada tema tenga su propio hueco en el horario.
- Sitúa el calendario donde hagas el repaso, para que puedas verlo.
- Identifica a qué hora del día trabajas mejor.

## Repaso

- Reduce el tiempo de lectura.
- Averigua qué preguntas pueden aparecer – pregunta a tu profesor/tutor acerca de las áreas más importantes y mira ejemplos de exámenes recientes.
- Utiliza un color para señalar las preguntas sobre el mismo tema.
- Pon juntas las preguntas sobre el mismo tema. Verlas juntas puede ayudarte a focalizar.
- Escucha los apuntes en vez de leerlos. El software texto-voz puede serte útil; existe también software específicamente diseñado para el estudio.

## Utiliza la recuperación activa

### 1. ¿Qué sabes ya?

- Escríbelo.
- Comprueba qué otra información necesitas aprender.

### 2. Utiliza el color para subrayar los datos.

- Puedes usar el color para emparejar los temas.

### 3. Prepara “hojas de trucos/chuletas”, solamente para usar en casa

- Prepara tarjetas de referencia, con notas en viñetas numeradas o de puntos.
- Escribe solamente las palabras o frases claves.
- Utiliza el color para diferenciar los diferentes puntos.
- Utiliza símbolos, imágenes, números, diagramas, tablas y gráficos para reducir las palabras.
- Utiliza más cantidad de viñetas, numeradas o de puntos, para los temas con menos familiaridad.

Traducido por:



de un documento original elaborado por:



# REPASANDO PARA LOS EXAMENES

## Los mapas mentales son buenos para las personas que aprenden visualmente

Beneficios de hacer mapas mentales para repasar:

- puedes ver en la misma página todas las principales ideas e información (y las relaciones entre ellas)
- puedes añadir tus propias ideas y comentarios a las notas, o puedes añadir información e ideas de lecturas extra
- hacen que tu estudio sea activo, ya que así no estás solamente leyendo y releendo tus apuntes
- te permiten estudiar en sesiones más cortas – después de un descanso puedes reanudar tu estudio con una rápida revisión-
- hacen que tus resúmenes tengan un aspecto diferente a los apuntes tradicionales, y ello te ayuda a memorizar
- una vez que están hechos, este tipo de resúmenes son fáciles de repasar – pueden ser revisados regularmente-
- Al reformatear la información la estás poniendo de una forma que tú entiendes, lo cual también te ayuda a memorizarla.

## Memorizando los puntos difíciles

- Utiliza la imaginación y las asociaciones para crear una cadena de información en tu mente.
- Conviértelo en una película.
- Utiliza acrónimos (letras) para recordar.

Los **R**omanos **N**avegaban **A**mbicionaban **V**encían y **A**zuzaban en **A**ños **V**ictoriosos =



## Hacer frente al examen

La dislexia afecta a la evocación de datos por la memoria y a la rapidez de procesamiento del pensamiento. Esto afectará al tiempo dedicado a responder las preguntas. Por ello:

Puedes pedir que te lean el examen. Si habitualmente utilizas software texto-voz en clase y en los test escolares, se te puede permitir usarlos. Puedes pedir sentarte en un aula separada del resto del alumnado. Puedes solicitar tiempo extra (generalmente un 25%).\*

Reconocer tus estrategias para hacer frente a los exámenes pues serte de utilidad también cuando dejes la escuela.

*\*Estas adaptaciones son las más recomendadas a nivel internacional. Consulta la normativa aprobada en tu Comunidad.*

Traducido por:



de un documento original elaborado por:

