Estrategias para tomar exámenes

Universidad Interamerican de Puerto Rico Recinto Guayama

Title V: Tigers Online: Expanded Access and Support

G.A. #P031S190190

Preparado por: Héctor M. Bermúdez Robles
Diseñador en Multimedios (Servicios Estudiantiles en Línea)

Instrucciones 1 de 2

- Agranda el tamaño de la pantalla utilizando el ícono de personalización de tu navegador (parte superior derecha de tu pantalla).

- Presiona Comenzar cuando te sea indicado.

- Los enlaces de actividades de *assessment* abrirán fuera del módulo; al terminarlas, cierra la pantalla y regresarás al módulo.

Instrucciones 2 de 2

- Las preguntas de a*ssessment* están creadas en *Microsoft Form.*
- Deberás iniciar la sesión con tus credenciales de correo electrónico estudiantil.
- Para descargar la Plantilla del Método Cornell, presionar sobre la imagen.
- En la pestaña ***Resources,*** verás las referencias utilizadas.

Introducción

En módulos anteriores has aprendido a manejar bien tu tiempo y a desarrollar buenas técnicas y hábitos de estudio.

El objetivo de este módulo es enseñar con facilidad como utilizar las técnicas y las estrategias que podrás aplicar antes, durante y después de tomar exámenes.

Por lo tanto, te ayudarán sin problemas a disminuir el estrés y a obtener mejores resultados.

Assessment inicial

- Nos gustaría saber qué técnicas o estrategias
- utilizas para prepararte y para tomar tus exámenes.

- Por favor, contesta las siguientes preguntas.

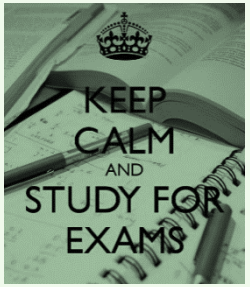
Comenzar

¿Cómo prepararte para tomar un examen?

Te sugerimos lo qué debes hacer antes de tomar un examen.

“El éxito depende de la preparación previa, y sin ella seguro que llega el fracaso”.

Confucio



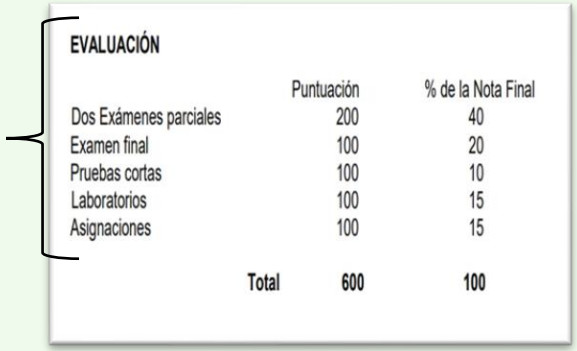
Primer día de clases #1

Al inicio de cada curso, el profesor te entregará un prontuario. Este incluye los objetivos a alcanzar, los temas a cubrir y la forma en que serás evaluado.

Observa, que en la parte de evaluación se te indicará, cuantos exámenes están programados para el término académico.

Por ejemplo:

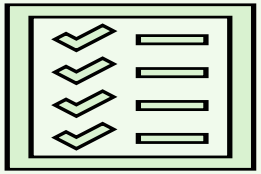
- ✓ dos exámenes parciales
- ✓ pruebas cortas
- ✓ examen final



EVALUACIÓN

	Puntuación	% de la Nota Final
Dos Exámenes parciales	200	40
Examen final	100	20
Pruebas cortas	100	10
Laboratorios	100	15
Asignaciones	100	15
Total	**600**	**100**

Primer día de clases #2



- Hazle preguntas a tus profesores sobre los exámenes, para que puedas ir ajustando la forma en qué estudiarás.

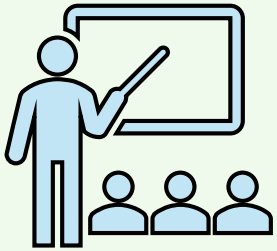
Por ejemplo:

- ¿Qué tipos de exámenes acostumbra a administrar: selección múltiple, cierto y falso, pareo, llena blanco?

- ¿Cuánto tiempo tendremos para contestar el examen: todo el período de clase, la mitad del período de clase, ¿etc.?

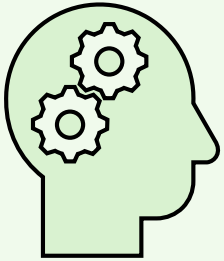
- ¿Si permite el uso de nuestros apuntes y materiales durante el examen?

Antes del examen #1



Asiste a clases con regularidad

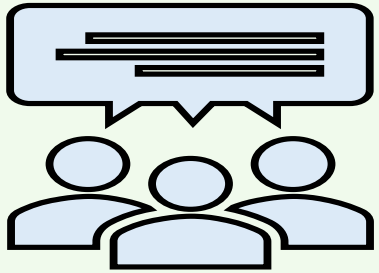
Asistir a clases es uno de los requisitos más simples e importantes para alcanzar el éxito académico. No importa en la modalidad que estudies, presencial o en línea, es fundamental tu asistencia y participación en clases para que puedas aprender, de primera mano y aclarar dudas con tu profesor(a).



No dejes el estudiar para el día antes del examen

Ese día debes procurar estar relajado y sólo repasar los conceptos ya aprendidos.

Antes del examen #2



- **Participa en los foros de discusión de la clase**
- **NO temas hacer preguntas**
- Aclararás dudas
- Memorizarás más fácilmente lo aprendido

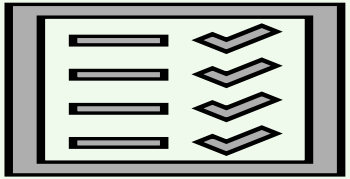
Antes del examen #4

- **Pregunta sobre el contenido del examen**

- Vuelve a pedir a tu profesor, que te enumere los temas a cubrir en el
- examen.
- Por consiguiente, debes preguntarle a tu profesor que te indique:

- ¿cuántas preguntas tendrá el examen?
- ¿qué tipo de preguntas se presentarán?
- ¿qué apuntes y materiales estarán permitidos?
- ¿y, si entregará un repaso o una guía de estudios en la clase previa?

Antes del examen #5



- **Toma apuntes claros (1)**

- Como ya has aprendido en módulos anteriores:

- Mantente alerta a las claves que da el profesor(a) sobre el
- contenido que viene en el examen
- Anota todos los conceptos nuevos y sus definiciones o
- explicaciones
- Escribe tus apuntes en forma legible
- Organiza tus apuntes lo antes posible

Antes del examen #6

Toma apuntes claros (2)

- No es necesario escribir todo lo que dice el profesor
- Si eres de los que escriben todo, **¡ten cuidado!** Es posible que estés perdiendo la idea principal.

- Si prefieres escuchar durante la clase y no escribir mucho, **también debes tener cuidado;** puedes perder información vital.

Antes del examen #7

Muestra interés en aprender

A los profesores les agrada ver que sus estudiantes muestran interés en la clase y que están dispuestos a aprender.

A menudo, los profesores recuerdan quiénes se esforzaron, trabajaron y participaron más, en clase, a la hora de evaluarte.

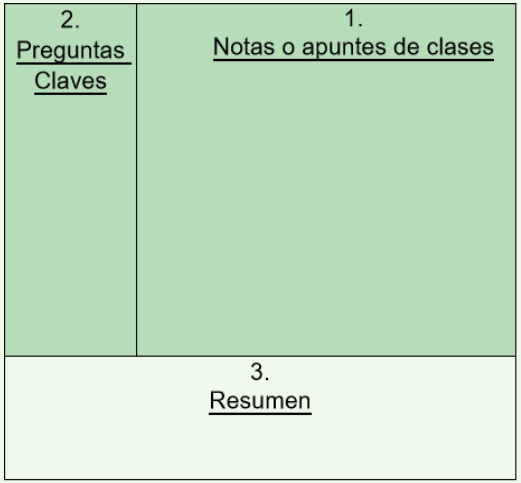
Recomendación

- **Te recomendamos el uso del Método Cornell para organizar tus apuntes**

- Sistema creado por el profesor **Walter Pauk**, de la Universidad de Cornell

- Este método te ayudará a analizar, aplicar y evaluar lo que estas aprendiendo. Promoverá tu aprendizaje y retención efectivamente.

- A continuación, te explicamos en qué consiste…



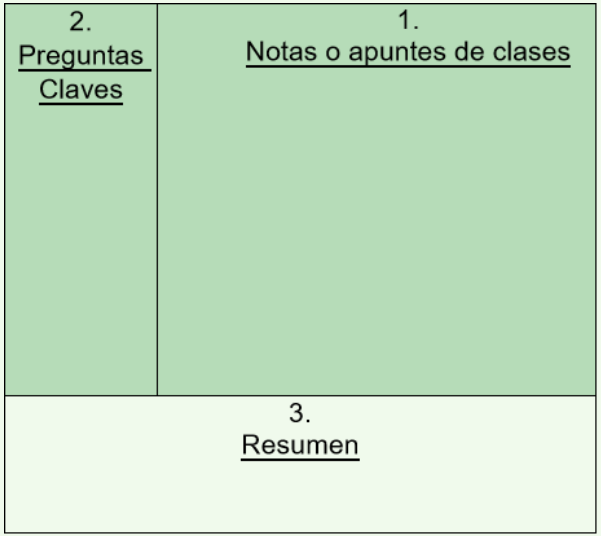
Método Cornell

- El Método Cornell consiste en dividir una hoja de papel en tres secciones:

1. Notas o apuntes de clases

2. Preguntas claves

3. Resumen



¿Cómo funciona?

2. Preguntas claves	
Luego de haber tomado tus apuntes, usa esta sección para anotar: ✓ preguntas claves ✓ ideas centrales o cualquier otro dato relacionado al tema y que te ayude a organizar mejor tus ideas	En esta sección, escribe los apuntes que tomaste durante las clases. Puedes: ✓ parafrasear ✓ dibujar ✓ hacer abreviaturas o cualquiera otra técnica que te ayude a recordar bien el material y te sea útil a la hora de estudiar para los exámenes
3. Resumen Al finalizar cada clase, lo antes posible, prepara un resumen de lo discutido y aprendido.	

Para aprender sobre cómo usar el Método Cornell, vea el siguiente video.

Pasos a seguir

Utiliza la traducción,subtítulos,traducción automática, español.

Como verás, con el Método Cornell, tendrás la oportunidad de mantener tu cerebro activo de diferentes maneras.

¡Haz la prueba! Descarga esta plantilla que hemos preparado para ti.

2. Preguntas Claves	1. Notas o apuntes de clases
3. Resumen	

Antes del examen #8

- **Diseña un plan de estudio**

Esto te ahorrará tiempo y te ayudará a organizarte mejor.

- **Establece objetivos claros para cada periodo de estudio**

Que como ya sabes, debe ser de alrededor de 1 hora.

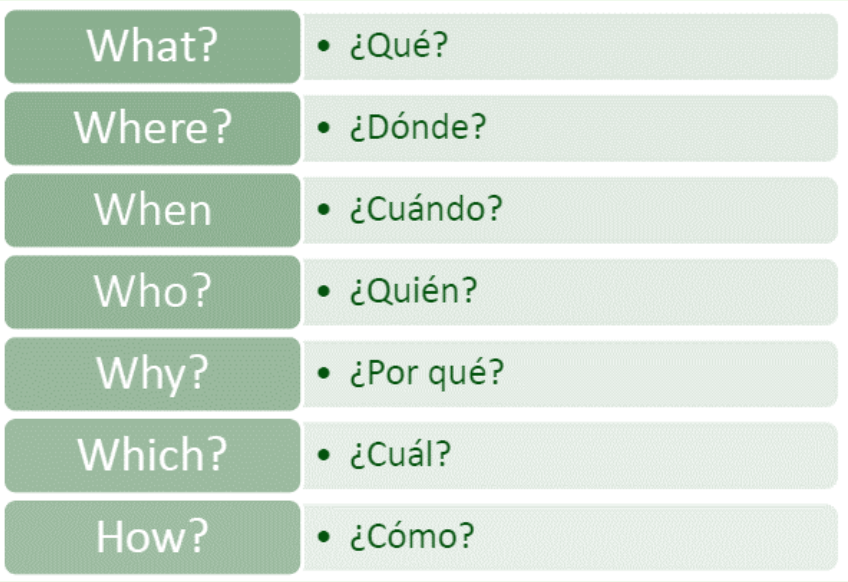
- **Repasa en grupo**

Esto te permitirá ampliar tus conocimientos al escuchar las interpretaciones y opiniones de tus compañeros.

Antes del examen #9

No acumules material sin estudiar

Debes repasar a diario; evitarás tener ansiedad antes del examen.



Formúlate preguntas que creas podrían estar en el examen
(una especie de auto examen)

Antes del examen #10

Repasa cuando te sientas descansado y te encuentres en un ambiente favorable:

- Buena iluminación
- Clima agradable
- Cómodo
- Libre de distracciones

Asegúrate de dormir bien la noche antes del examen

- La falta de sueño puede afectar gravemente el rendimiento de tu cerebro, especialmente en:
- la memoria
- la percepción
- tu nivel de capacidad cognoscitiva

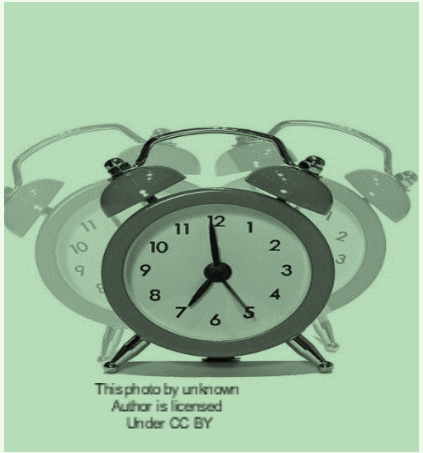
El día del examen #1

- **Aliméntate bien, en la mañana**

  Tu cerebro funcionará mejor si tiene los nutrientes que necesita.

- **Llega temprano al lugar del examen**

  Esto te dará seguridad, tranquilidad y tiempo
  para buscar un buen asiento, lejos de distractores.



El día del examen #2

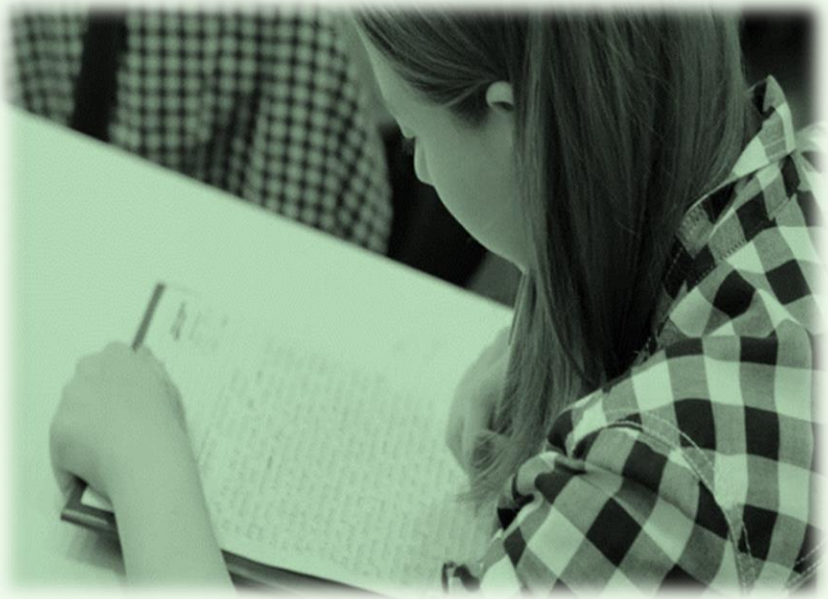
- **Recuerda llevar todo lo necesario para tomar tu examen:**

- **Practica técnicas de relajación en lo que esperas.**

Durante el examen #1

- Anota en la parte de atrás del examen fórmulas o conceptos que no quieras olvidar. También, puedes solicitar una hoja para hacer apuntes, y entregarla junto al examen, al finalizar.

Ojea el examen cuidadosamente antes de comenzarlo y si no entiendes alguna instrucción, pregúntale a tu profesor(a).



Durante el examen #2

- Distribuye el tiempo disponible entre las partes del examen
- **Por ejemplo**: 10 preguntas para contestar en 1 hora = 6 minutos por pregunta.

- Contesta primero las preguntas cuyas respuestas conozcas.

- Utilizarás el tiempo efectivamente y te sentirás confiado

Durante el examen #3

- Sintetiza tus respuestas, contesta lo que se te pide.
- Si no entiendes lo que tienes que hacer, pregúntale al profesor(a).
- Cuando termines de contestar el examen, asegúrate de revisarlo y no dejes preguntas sin contestar.
- Revisa tu ortografía, para evitar perder puntos.

Durante el examen #4

- Si al repasar tu examen, observas que la respues ta que marcaste o escribiste no es la correcta y e stás totalmente seguro,

  ¡cámbiala!

- No te apresures en entregar tu examen, concéntr ate, tómate tu

  tiempo y relájate.

Ten confianza en ti mismo,

piensa positivo, si estudiaste y

estás preparado ¡demuéstralo!

Después del examen #5

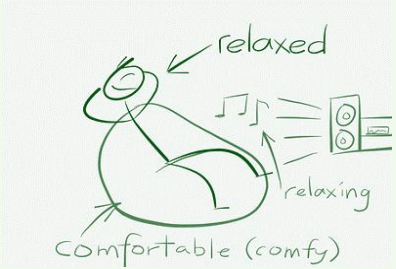
- Subraya en tu repaso el material que se incluyó en el examen y toma apuntes de lo que recuerdes; esto te ayudará a tenerlos de referencias para un posible examen final de semestre.

- Analiza, ¿cómo te fue?, ¿qué puedes mejorar para la próxima ocasión? y ¿si tu plan de estudio fue efectivo?

- No compares tus respuestas con las de tus compañeros; confía en que has hecho un buen trabajo.

Cuando tengas los resultados de tu examen

- Observa los errores y piensa cómo puedes evitarlo para el próximo examen.
- Si entiendes que alguna pregunta fue evaluada incorrectamente, debes indicarle a tu profesor para que la revise nuevamente.
- Por último, tómate un descanso razonable antes de estudiar para exámenes posteriores.



Recomendaciones

¡Identifica las técnicas de estudio para exámenes
qué te resultan más efectivas!

Leer en voz alta

Hacer un dibujo o
un mapa de conceptos

Tomar apuntes o subrayar

Practicar con otras personas

Hacer un banco de preguntas

Estrategias para tipos específicos de preguntas

A continuación, te ofrecemos unos c onsejos prácticos que puedes utiliza r a la hora de tomar tus exámenes.

Consejos prácticos para tomar exámenes de selección multiple #1

- Lee las instrucciones cuidadosamente.
- Lee cada premisa y las alternativas cuidadosamente.
- Contesta primero lo que sabes o estas seguro de que esta bien.
- Elimina las alternativas que son obviamente incorrectas

Consejos prácticos para tomar exámenes de selección multiple #2

- Las respuestas que incluyen **(no, nunca, siempre, ni tampoco)** por lo general son **incorrectas.**

- Las respuestas que incluyen **(generalmente, a menudo, todas)** por lo general son **correctas.**

- Las respuestas que son incongruentes suelen ser incorrectas.

- Las repuestas largas o específicas serán, generalmente, la respuesta correcta.

Consejos prácticos para tomar exámenes de selección multiple #3

- Cuidado con las palabras en la premisa o enunciado. Si la pregunta dice “cuál de las siguientes opciones NO es…” debes prestar atención a ese NO que está negando la proposición.

- Cuidado con las generalizaciones. Suelen ser incorrectas.

- Utilizar la información obtenida de otras preguntas y opciones; puedes identificar pistas a seguir.

- Si no hay penalidad por adivinar, siempre realiza una suposición fundamentada y selecciona tu respuesta.

Consejos prácticos para tomar exámenes de selección multiple #4

- Has lectura rápida- busca palabras y conceptos claves en cada enunciado.

- Reflexiona sobre la veracidad del reactivo- relaciona, compara, trata de comprender y verifica si la información del reactivo tiene o no el mismo sentido de lo discutido en clase o en el libro de texto.

Consejos prácticos para tomar exámenes de selección multiple #5

- Responde automáticamente- escoge una opción, aunque no estés completamente seguro de que ésta sea la respuesta correcta; esta estrategia te ayudará a no desperdiciar el tiempo. Luego podrás verificar si tu respuesta es adecuada o no.

- Relee en caso de duda- releer como estrategia es siempre recomendable.

Consejos prácticos para tomar exámenes de Cierto o Falso #1

- Revisa las respuestas del examen- reserva diez minutos al final, para revisar todo el examen y comprobar que has respondido a todas las preguntas.

Consejos prácticos para tomar exámenes de Cierto o Falso #2

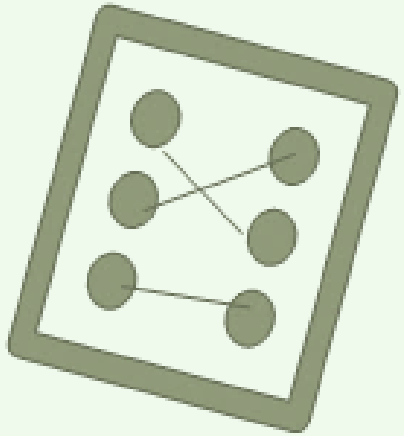
- Presta atención a los enunciados con dos oraciones: ambas deben ser verdaderas para ser la respuesta correcta.

- Si alguna parte de la pregunta es falsa, toda la pregunta será falsa.

Consejos prácticos para tomar exámenes de Pareo #1

- Asegúrate de comprender las instrucciones y conocer si puedes repetir las respuestas.

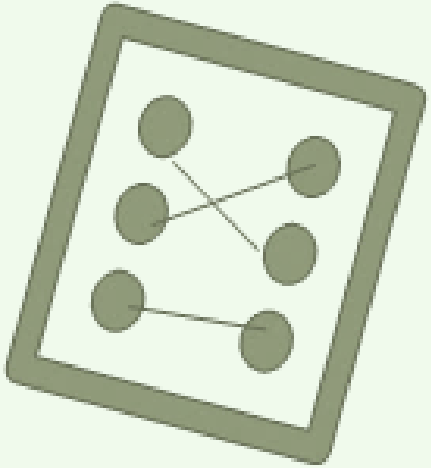
- Parea la columna que proporciona la mayor cantidad de información.



Consejos prácticos para tomar exámenes de Pareo #2

- Une los conceptos que conozcas, primero.

- Has una marca a las palabras que ya has usado para evitar utilizarlas más de una vez.



Mensaje

Estamos seguros de que con las técnicas y estrategias que te hemos ofrecido, podrás tener éxito al prepararte y al tomar exámenes.

¡Te invitamos a ponerlas en práctica!

Referencias

- Saint Mary's College of California- Tutorial and Academic Skills Center-Test Taking Strategies. (n.d.). Retrieved May 21, 2020, from https://www.stmarys-ca.edu/tutorial-and-academic-skills-center/additional-resources/test-taking-strategies

- Educaweb- Orientación académica ¿Qué hacer antes de un examen? (n.d.). Retrieved from: https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/hacer-antes-examen/

- Educational Corner- Study Skills: Effective Test Taking Strategies. (n.d.). Retrieved April 14, 2020, from https://www.educationcorner.com/test-taking-strategies.html

- The Learning Strategies Center at Cornell University (Dec 10, 2019)
- https://www.youtube.com/watch?v=nX-xshA_0m8&feature=youtu.be

- The Learning Strategies Center at Cornell University. (n.d.). Retrieved July 21, 2020, from http://lsc.cornell.edu/study-skills/cornell-note-taking-system/

Referencias

- Red Rock Community College - Module 5: Test Taking Strategies. (n.d.). Retrieved from: https://www.rrcc.edu/learning-skills/module5-test-taking-strategies
- Learning Framework: Effective Strategies for College Success, Strategies for Academic Success, Chapter 13: Test Taking Strategies. (n.d.). Retrieved from: https://www.oercommons.org/courseware/module/25870/overview
- Noticias.universia.com.ar. (n.d.). Cómo preparar un examen: estrategias para aplicar durante la evaluación. Retrieved from: https://noticias.universia.com.ar/educacion/noticia/2017/02/02/1148836/como-preparar-examen-estrategias-aplicar-evaluacion.html

Ahora, te invitamos a validar tu aprendizaje

Estrategias para tomar exámenes *assessment final*

Escanea con tu celular, el código de respuesta rápida QR

O, presiona sobre el siguiente enlace: *assessment*