

Guía de Apoyo al Aprendizaje

¿Sabes cuándo y cómo tomar

APUNTES?



2013

DIRECTORIO

Sylvia B. Ortega Salazar
Directora General

Susana Justo Garza
Secretaria General

Remigio Jarillo González
**Director de Evaluación, Asuntos del Profesorado
y Orientación Educativa**

Ana Bertha Cruz Linares
Subdirectora de Orientación Educativa

María Guadalupe Romero Fuentes
Jefa del Departamento de Coordinación de Tutorías

Elaboradores

Alfonso Pérez Morales
Sandra Flores Barona

www.cbachilleres.edu.mx

Prol. Rancho Vista Hermosa No. 105
Col. Los Girasoles
Delegación Coyoacán
México D.F., C. P. 04920

Guía de Apoyo al Aprendizaje:
¿Sabes cuándo y cómo tomar apuntes?
1ra Edición 2013

PRESENTACIÓN

Estimado alumno:

El Colegio de Bachilleres está interesado en brindarte el mayor número de recursos posibles para apoyar tu formación integral y desarrollo personal; por tal motivo te brinda el servicio de tutoría, el cual tiene la finalidad de acompañarte de manera continua durante toda tu trayectoria en la institución.

Esta guía tiene la finalidad de que la trabajes con tu tutor para apoyarte en el aprendizaje de todas tus asignaturas del semestre y en tu vida diaria, por lo que te recomendamos que realices todas las actividades que aquí se presentan. Las dudas e inquietudes que te surjan durante su estudio puedes consultarlas con tu tutor y/o compartirlas con tus compañeros.

La forma en como está estructurada la guía tiene la finalidad de que aprendas a autorregular tu proceso de aprendizaje y contribuir a convertirte en un estudiante autónomo e independiente, por lo que se encuentra dividida en las siguientes etapas:

- **ETAPA 1: Establecer los objetivos personales.** Antes de enfrentarte a un nuevo contenido es importante que plantees tus propios objetivos acerca de los aprendizajes que vas a construir de tal forma que te indique el camino y esfuerzo que tendrás que seguir para alcanzarlos.
- **ETAPA 2: Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos.** Una vez que determinaste los objetivos de tu estudio es importante identificar el plan que vas a seguir para lograrlos, considerando tus características personales, las demandas de la actividad y el nivel de aprendizaje que quieres lograr.
- **ETAPA 3: Supervisar el proceso.** Una vez que definiste tus objetivos personales y tienes un plan para alcanzarlos, es necesario que durante tu estudio verifiques si estás comprendiendo y/o solicitar ayuda.

- **ETAPA 4: Evaluar los resultados.** Al finalizar el estudio del tema es necesario que compruebes si lograste el objetivo que te propusiste en un inicio. En caso de que no lo hayas logrado debes analizar qué fue lo que faltó. Esta revisión te permitirá evitar errores en el futuro.

Por último encontrarás actividades que te permitirán ejercitar lo aprendido y reflexionar sobre el proceso que te llevó a alcanzar tus objetivos. Para finalizar te presentamos una síntesis de lo revisado en la guía.

Estamos seguros de que si aplicas lo aprendido en este material como apoyo al aprendizaje de tus asignaturas, mejorarás tu desempeño académico y tu vida escolar.

¡Adelante!

Si tienes alguna observación o sugerencia sobre este material,
escribe a orientacionytutoria@outlook.com.
Estaremos esperando tus comentarios!

¿SABES CUÁNDO Y CÓMO TOMAR APUNTES?

1. Propósito de Aprendizaje

Aprender a tomar apuntes de manera eficiente para contar con un recurso efectivo en tu estudio y aprendizaje.

2. Encuadre

El camino para convertirte en un estudiante autónomo e independiente inicia con las decisiones que debes tomar de tus actividades académicas; una de ellas es tomar apuntes de tus clases sin esperar que el profesor dicte o solicite que anoten en el cuaderno. Aquí aprenderás a decidir los momentos en que debes tomar apuntes y a tener criterio para decidir qué anotar de lo visto en clase.

3. Preguntas Reflexivas

¿Tienes por costumbre tomar apuntes en tus asignaturas?

¿Qué utilizas para estudiar cuando tienes un examen?

¿Consideras que sabes escuchar y tomar apuntes?

4. Metodología

- Etapa 1: Establecer los objetivos personales
 Etapa 2: Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos
 Etapa 3: Supervisar el proceso
- ✓ Antes de la clase
 - ✓ Durante la clase
- Etapa 4: Evaluar los resultados
- ✓ Después de la clase

ETAPA 1 Establecer los objetivos personales

Actividades

1.1 Establece tus objetivos

Toda actividad escolar requiere que te plantees un objetivo personal. Este objetivo puede ser independiente o diferente del que proponga el profesor o lo manifieste el programa de estudios.

1.2 Determina el propósito de aprendizaje que quieres lograr; algunos motivos pueden ser los siguientes:

- El profesor solicita el cuaderno al final del bloque.
- Es un recurso o instrumento que te ayuda a estudiar para el examen o el trabajo final.
- Aprender a escuchar y a sintetizar información en cualquier otra situación.

Objetivo para tomar apuntes:

*"Quiero **aprender** a tomar apuntes porque cuando llega la hora del examen nunca tengo donde estudiar".*

Ejemplo

Propósito de aprendizaje:

***Comprender la información** que se dice en cualquier materia".*

***Comprender la información** que se dice en clase a través de identificar algunas frases que me permitan tomar notas que me sean útiles para entender mejor el tema.*

Ejemplo

ETAPA 2

Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos

Actividades

2.1 Para seleccionar el camino considera lo siguiente:

a) Tus características personales y actitudes hacia el estudio

b) ¿Qué técnicas te van a ser útiles?

Las técnicas a utilizar dependerán del contenido:

En asignaturas procedimentales:

- Diagrama de flujo
- Análisis de procedimiento

Para un contenido teórico

- Mapas conceptuales
- Cuadros sinópticos
- Diagramas
- Ideas clave
- Resúmenes

Características personales:

- "Se me facilita escuchar con atención la clase".

Actitudes:

- "Manifiesto disposición para escuchar y aprender".
- "Estoy a gusto o a disgusto en alguna asignatura".
- "Se me dificulta tomar apuntes".

Ejemplo

Tipo de apuntes por asignatura:

- En la clase de **Matemáticas** debes estar atento al **procedimiento** y a la **solución de los problemas**.
- En las clases de **ciencias experimentales** anota los **procesos** y la **metodología** de los experimentos.
- En las clases de **humanidades y sociales** en los **planteamientos de problemas, soluciones y conceptos planteados**.

ETAPA 3
Supervisar el proceso

Actividades

3. ¿Qué es y para qué sirve tomar apuntes?

- Es tomar nota de lo más importante que se haya dicho en una conferencia, charla o clase.
- Te mantiene activo mientras escuchas.
- Sirve para repasar y consultar.

Para tomar apuntes considera:

3.1 ANTES DE LA CLASE:

- Utiliza un cuaderno propio para cada asignatura.
- Elabora un esquema que te permita organizar tus ideas durante la clase.

3.2 DURANTE LA CLASE:

Es importante que aprendas a tomar apuntes de la clase sin importar si es una clase teórica o práctica.

Hay tres momentos para tomar apuntes:

- al inicio de la clase
- durante la clase
- al finalizar la clase

Al inicio de la clase

Es indispensable que anotes la fecha, tema y asignatura de la que vas a tomar apuntes. También puedes anotar algún comentario del profesor o tus compañeros respecto a los aprendizajes previos.



Te sugerimos dibujes el siguiente esquema en tu cuaderno para la organización de tus ideas:

TEMA	FECHA	
	No. de clase	
APUNTE	COMENTARIO	
	Síntesis:	
NOTAS		

Al inicio de la clase

- Anota fecha, tema y número de clase

ETAPA 3

Supervisar el proceso

Actividades

Durante la clase

Para tomar apuntes necesitas tres habilidades:

a. Escucha con atención

Es importante escuchar con atención al que habla y notar cuando utiliza palabras o frases clave.

Algunas frases o palabras clave que puede decir el profesor son:

- ¡ojo muchachos!
- ¡atención a lo siguiente!
- ¡esto es importante!
- por ejemplo
- en conclusión

b. Selecciona la información

Es necesario que comprendas lo que se está diciendo y que en un análisis rápido decidas si es importante anotarlo o no.

c. Resume y sintetiza

Anota frases cortas pero completas que después puedas desarrollar más ampliamente. Utiliza esquemas, cuadros, mapas mentales y resúmenes. Inventa tus propias abreviaturas.

Supongamos que el profesor dice esto en clase:

Ejemplo

"Pocas veces nos detenemos a reflexionar y mucho menos a opinar sobre lo que oímos, vemos o leemos. Esto nos lleva, muchas veces, a tomar conductas nocivas para nosotros mismos y nuestra comunidad, por lo que es necesario asumir una postura reflexiva, crítica y responsable frente a los acontecimientos del entorno y la manera en que los medios de difusión masiva recrean la realidad".

Para seleccionar información tienes que realizar algunas operaciones similares a la elaboración de resúmenes escritos:

- Omite todas las frases introductorias o contextuales que no sean importantes para la idea que vas a anotar: *"Pocas veces nos detenemos a reflexionar y mucho menos a opinar sobre lo que oímos, vemos o leemos"*.
- Omite todos los nexos o conectores innecesarios: *"Esto nos lleva, muchas veces, por lo que es necesario"*.
- Utiliza sinónimos propios de tu lenguaje: *por ejemplo: realidad por entorno*.

De esta manera tú puedes anotar en tu cuaderno:

"Asumir una postura crítica y reflexiva de la realidad".

Durante la clase:

- Escucha con atención
- Selecciona información
- Resume y sintetiza

ETAPA 3 Supervisar el proceso

Actividades

Puedes diseñar tu propio esquema de apuntes o guiarte con el que te proponemos:

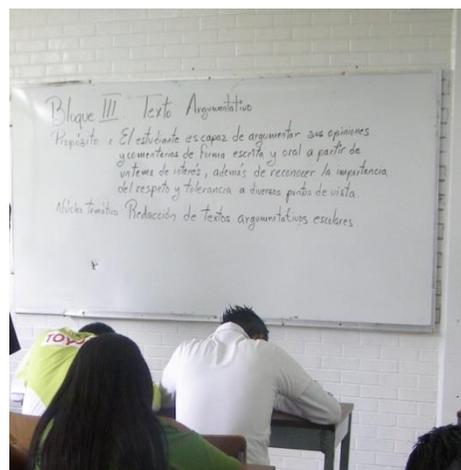
Recomendaciones

- No es necesario anotar todo lo que se diga en clase.
- Elabora esquemas para facilitarte el registro y jerarquización de lo más importante.
- Utiliza diferentes colores para diferenciar títulos, subtítulos, ideas importantes, así como aportaciones del profesor y/o compañeros.
- Puedes utilizar abreviaturas o símbolos, que reconozcas posteriormente para aumentar la velocidad (+, más; ÷, entre; ≠, diferente; >, mayor que; edo. estado; gral. general; p', para; c/u, cada uno).
- Subraya o enmarca la información que necesites investigar posteriormente o profundizar en ella.
- Si es necesario pregunta al profesor sobre bibliografía adicional y anótala.

En la actualidad es común que algunos estudiantes tomen fotografías del pizarrón con su celular; es importante que tomes en cuenta lo siguiente:

- Toma la fotografía en un momento que no distraigas el desarrollo de la clase.
- No utilices flash.
- Pasa la información de la fotografía a tu cuaderno.
- No acumules fotografías de manera indiscriminada, se convertirán en información inútil.

TEMA: Comentario de textos	FECHA: 11 de febrero de 2013 No. de clase: 2 de Taller de Lectura y Redacción II.
APUNTE	
comentario de textos	1. contexto social, histórico y cultural
	2. argumento
	3. temas
	4. estructura
	5. marcas discursivas
Síntesis: Existen cinco tipos de comentarios de textos	
NOTAS: 1. Investigación breve sobre la época en que se escribió la obra. 2. Resumen de la historia del relato. Fecha de entrega del trabajo 4 de marzo de 2013	
COMENTARIO	
Hoy el maestro explicó cómo debemos entregar el trabajo final del Bloque III	
-elementos del trabajo -definiciones -ejemplos	



ETAPA 3 Supervisar el proceso

Actividades

Pregúntate constantemente:

- ¿Estás comprendiendo la clase?
- ¿Puedes explicar el tema con tus propias palabras?
- ¿Qué puntos o aspectos de la clase no te han quedado claros?
- ¿Estás logrando el aprendizaje deseado?
- ¿Puedes realizar otros ejercicios sin la supervisión del profesor?

Al final de la clase:

- Lee brevemente tus apuntes
- Revisa si están completos y legibles
- Revisa si anotaste el trabajo extraclase, las características y fecha de entrega de los mismos

3.3 DESPUÉS DE LA CLASE:

- Revisa tus apuntes; así, si tienes que completar alguna idea, será sencillo hacerlo.
- Puedes complementar tus apuntes con ideas sobre el tema de algún libro de la asignatura.
- Cuando estudies con los apuntes tomados trata de ajustarlos con la perspectiva de las siguientes clases y de lo que hayas investigado.



Al final de la clase:

- Revisa si tus apuntes están completos y legibles.
- Si tienes duda, pregunta al profesor.

Recuerda

- Observa tu registro de la clase y decide si fue suficiente.
- Cuando revises el apunte trata de reducirlo a enunciados o proposiciones breves, pero con significado completo.
- Compara tu apunte con el de algún compañero para enriquecer el de ambos.
- Elabora un resumen, conclusión o algunas preguntas para la siguiente sesión.

ETAPA 4
Evaluar los resultados

Actividades

4. Autoevaluación

Es la principal forma de saber si alcanzaste el objetivo que tenías para esta actividad.

Cuando realices alguna actividad es importante saber si alcanzaste el objetivo que tenías planteado inicialmente.

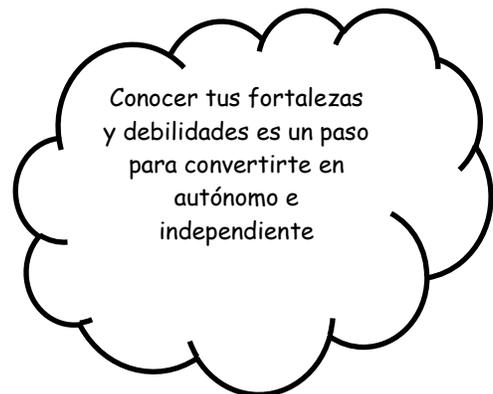
Si estás seguro, aplica lo que aprendiste en cualquier otra situación, no solo en una clase: puede ser en una conferencia, en una charla o video, etc.

Por ello es necesario que leas cuidadosamente la siguiente lista de cotejo con la finalidad de que verifiques que realizaste las actividades planteadas correctamente.

Si consideras que no alcanzaste tu objetivo, reinicia todas las fases: observa y determina en cuál y dónde consideras haber fallado, y elige otra manera de llevar a cabo la actividad. Si necesitas ayuda, no dudes en plantearla a tu profesor o a tu tutor.

Recuerda

No.	PROPOSICIÓN	SÍ	NO
AL INICIO DE LA CLASE			
1	Anotaste el número de clase y fecha		
2	Anotaste bloque, núcleo temático y propósito		
DURANTE LA CLASE			
3	Escuchaste con atención		
4	Escribiste las afirmaciones más importantes		
5	Tomaste nota en los planteamientos importantes		
6	Anotaste comentarios al margen		
7	Planteaste preguntas		
AL FINAL DE LA CLASE			
8	Revisa si está completo y legible		
9	Anotaste el trabajo extraclase		
10	Escribiste un resumen o un cuadro sinóptico		



Conocer tus fortalezas y debilidades es un paso para convertirte en autónomo e independiente

5. Actividad de aprendizaje

¿Estás listo para empezar a tomar apuntes con una metodología pertinente, un seguimiento y una autoevaluación?

Actividades

Elige una asignatura y toma apuntes al inicio, durante y al final de la sesión.

AL INICIO DE LA CLASE

DURANTE LA CLASE

TEMA	FECHA	
	No. clase	
APUNTE	COMENTARIO	
	Síntesis:	
NOTAS		

TEMA	FECHA	
	No. clase	
APUNTE	COMENTARIO	
	(Definiciones)	
(Afirmaciones más importantes) (Problemas planteados)		
(Preguntas)		
NOTAS		

ETAPA 4
Evaluar los resultados

Actividades

Elige una asignatura y toma apuntes al inicio, durante y al final de la sesión.



TEMA	FECHA	
	No. clase	
APUNTE (Afirmaciones más importantes) (Problemas planteados)	COMENTARIO	
	(Definiciones) (Preguntas)	
Síntesis: (Resumen)		
NOTAS: Fechas de entrega de trabajos, tarea, etc.		

6. Consolidación

Ahora valora cuánto has aprendido contestando las siguientes preguntas.

1. Compara la estrategia que te presentamos en este material con la forma en cómo tomabas apuntes anteriormente e identifica las diferencias.

2. Elabora tu propia estrategia para tomar apuntes.

7. Autoevaluación

No.	PROPOSICIÓN	SÍ	NO
AL INICIO DE LA CLASE			
1	Anotaste el número de clase y fecha		
2	Anotaste bloque, núcleo temático y propósito		
DURANTE LA CLASE			
3	Escuchaste con atención		
4	Escribiste las afirmaciones más importantes		
5	Tomaste nota en los planteamientos importantes		
6	Anotaste comentarios al margen		
7	Planteaste preguntas		
AL FINAL DE LA CLASE			
8	Revisa si está completo y legible		
9	Anotaste el trabajo extraclase		
10	Escribiste un resumen o un cuadro sinóptico		

8. Reflexiona

1. ¿Consideras que aprendiste a tomar apuntes?

2. ¿Qué actividades realizaste para lograrlo?

3. ¿Qué actividades debes ajustar para mejorar la toma de apuntes?

9. Recapitulación

