

Para imprimir, en el menú del navegador, pulsa Archivo, imprimir,...

# CÓMO TOMAR APUNTES

## ventajas

- **1** Cuando tomas apuntes no te distraes. Cuando dejas de escribir es bastante posible que estés distraído. Por lo que es especialmente útil tomar apuntes para aquellos alumnos que tienden a distraerse con facilidad. .
- **2** Dependes menos del libro. Si tomas bien los apuntes quizás no necesites casi el libro. De hecho algunos profesores no usan libro. Por ello tomar apuntes es más importante cuanto más avanzados son los estudios. Conviene prepararse pues en los estudios universitarios rara vez se "sigue" un libro.
- **3** Ahorras tiempo. Tomar apuntes equivale a estudiarse la materia una vez puesto que te obliga a estar atento e intentar comprender los contenidos.
- **4** Valoras tu nivel de comprensión de la materia. Cuando tomas apuntes, enseguida te das cuenta de si entiendes lo que el profesor dice ya que tomar apuntes requiere sintetizar lo que se dice.
- **5** Distinguirás lo importante de lo secundario. Ya sea porque el profesor lo dice explícitamente: "esto es muy importante" o frases similares, ya sea porque lo indica dando énfasis a las palabras o repitiéndolo.
- **6** Y por supuesto recordarás las explicaciones. Aunque, cuando explica un profesor entendemos lo que dice, cuando hayan pasado unos días nos acordaremos de poco. Acostúmbrate a tomar apuntes, se aprende con la experiencia. Y cuando llegues a estudios superiores no te quedará más remedio.

## preparar

- **7** Dónde situarse. Es mejor sentarse en las primeras filas (de donde a veces huyen los estudiantes). Se debe permanecer en silencio, concentrado y pendiente de lo que hace y dice el profesor.
- **8** Atentos al principio y al final de la explicación. Al principio se suelen decir los objetivos de lo que se va a explicar. Y al final se suelen dar las conclusiones o hacer un resumen con las ideas más importantes.
- **9** Leer antes el tema. Si lees la tarde antes el tema, tus apuntes serán magníficos ya que estarán mucho más estructurados y prestarás una atención especial a aquellos puntos que en casa no entendiste.

- **10** Leer cómo acabaron los apuntes del día anterior. Antes de comenzar el profesor la explicación del día dedica tres minutos a leer los apuntes que tomaste el día anterior. Empezarás mucho más centrado y a lo mejor hasta puedes recordárselo al profe si él no se acuerda dónde acabó. ;-)

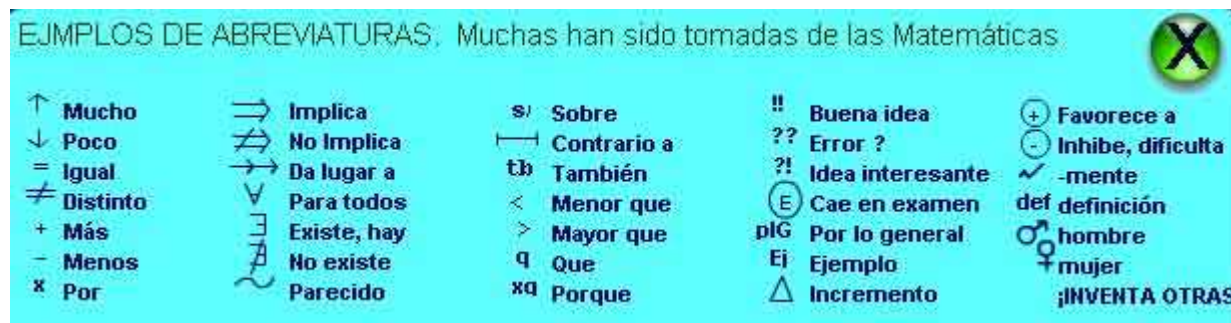
## material

- **11** En alumnos universitarios y quizás en 2º de bachillerato recomendamos los folios en blanco, simplemente, que se irán almacenando en una carpeta con separadores. Lógicamente cuando se acumulen las iremos archivando en casa.
- **12** En alumnos no universitarios recomendamos utilizar un cuaderno de "muelle" tamaño folio de cuadritos. Si se toman muchos apuntes puede ser útil un cuaderno tipo folio de hojas intercambiables.
- **13** No mezcles. Procura no mezclar en un mismo cuaderno, si es de hojas fijas, distintas materias.
- **14** Si escribes en hojas sueltas es importante escribir en cada hoja la fecha, la materia y el número de folio. Cuando empieces un tema, usa folio nuevo.
- **15** Lleva todo el material necesario. Como por ejemplo bolis de colores, rotuladores, regla, lápiz, goma, cinta o líquido corrector, etc.
- **16** No uses grabadora. Aunque hoy la tecnología nos facilita mucho grabar una clase, no lo recomendamos puesto que te confiarás al tomar apuntes, y te obligará a dedicar otra hora en casa para rehacer los apuntes. Solo úsala en caso de conferencias en las que no quieras perderte nada y no tengas amigos para consultar. Debes pedir permiso al profesor para grabarle.

## cómo hacerlo

- **17** Anota solo las ideas principales. No se puede copiar al dictado. Debes anotar las ideas principales con tus palabras pero con rigor. Solo copiarás al pie de la letra los datos como fechas, definiciones, fórmulas, nombres,...
- **18** Identificar títulos. Es necesario saber claramente el título de cada apartado y subapartado en el que estamos. Puedes preguntar al profesor.
- **19** Si te pierdes deja un espacio en blanco y luego lo completarás preguntando al profesor o a tus compañeros. Mientras el profesor esté explicando no debes tratar de completar los huecos porque te perderás lo que dice el profesor en este momento.
- **20** Separa las ideas. Dedicar un párrafo diferente a cada idea que exponga el profesor. Y deja algo de espacio entre párrafo y párrafo. Busca siempre la claridad.

●**21** Usa abreviaturas. Se trata de ahorrar tiempo. También facilita la memoria visual. Las abreviaturas deben ser claras y deben ser siempre las mismas. Conviene que las uses siempre que puedas. Cuando prestes los apuntes a tus amigos, deberás explicárselas. Hay abreviaturas admitidas oficialmente y otras no. Cada materia puede tener abreviaturas específicas. Ejemplo:



●**22** Deja espacios. Hay que dejar espacios a los márgenes (sobre todo al izquierdo) para, luego, poder anotar comentarios o complementar los apuntes. También dejarás espacios entre párrafo y párrafo.

●**23** No sólo debe haber textos. Sino también gráficos, dibujos, fórmulas, esquemas... que el profesor haga o comente. También puedes hacer referencia mediante el número de página, a la ilustración que el profesor esté comentando en ese momento.

●**24** Puedes usar flechas. Las flechas sirven para indicar relación entre conceptos en la misma hoja. Pueden ir de uno a otro párrafo. No abuses de las flechas porque tus apuntes se convertirán en un galimatías.

●**25** Atento a las expresiones del profesor. Es fundamental captar las indicaciones que hace el profesor de este tipo: "esto es muy importante", "esta idea es clave", "esto hay que dominarlo", "a partir de esta fórmula se deducen las demás", "concluyendo...". En estos casos es bueno poner en el margen "OJO CAE EN EXAMEN", o algo parecido.

●**26** No uses taquigrafía. Ya que te obligaría a perder otra hora en casa recomponiendo los apuntes. Aunque sí es recomendable el uso de algunas abreviaturas.

●**27** Escribe frases coherentes. No se trata sólo de copiar mucha información, sino además de que las frases que escribes tengan sentido en sí mismas. De no ser así los apuntes servirán de poco y habrá que perder mucho tiempo para averiguar qué quiso decir el profesor.

## después

●**28** ¿Pasar a limpio? No pases a limpio: se trata de tomar los apuntes "decentemente" aunque no sean una obra de arte. En vez de perder el tiempo en casa pasando apuntes a limpio, emplea ese tiempo en completarlos o estudiar.

- **29** Sólo se pasará a limpio si el profesor nos exige tener unos apuntes impecables y los valora de cara a la nota. En los cursos más bajos puede tener cierto sentido que el profesor exija tener los apuntes en limpio para que los alumnos se acostumbren a ser ordenados y cuidadosos.
- **30** Pregunta al profesor. Mientras explica, podemos pedir que aclare algún punto o lo repita. Pero no podemos pedirle que nos dicte los apuntes. No abuses. Ten en cuenta que algunos profesores no permiten preguntar dudas hasta el final de la explicación. Respétalo.
- **31** Revisar los apuntes. En casa, a ser posible el mismo día, revisa los apuntes. Especialmente si el tema fue difícil, con el fin de fijar conocimientos.
- **32** Utiliza los márgenes que dejaste en blanco. Nos servirán para: apuntar las ideas clave, marcar los conceptos a recordar, ampliar, resumir, apuntar dudas, posibilidad de que ese apartado caiga en el examen, comentarios personales...
- **33** Consulta a los compañeros. Ponte de acuerdo con los amigos si vas a faltar por alguna causa justificada. Conviene que dispongas de algunos compañeros fiables a quien puedas pedir los apuntes en caso de necesidad. No solo pedirás los apuntes sino que preguntarás los comentarios que hizo el profesor.

## Test "Cómo tomar apuntes"

**1.- Una ventaja de tomar apuntes es que...**

Ya no necesitas estudiar en casa.

Mantienes mejor la atención.

Puedes prescindir totalmente del libro para estudiar.

**2.-Cuál de estas cualidades es más importante para tomar apuntes:**

Capacidad de síntesis.

Buena memoria.

Velocidad en la escritura.

**3.- Es recomendable...**

Apuntar las anécdotas del profesor.

Situarse hacia la mitad del aula.

Leer antes el tema.

**4.- Es aconsejable...**

Llevar todo el material en un estuche.

Tomar todos los apuntes en el mismo cuaderno.

Ponerte cerca de alguien que lleve material.

**5.-Sobre el uso de grabadora:**

Tenla siempre a mano.

No es recomendable su uso en clases normales.

Esta prohibida terminantemente.

**6.- Si te pierdes una parte de la explicación...**

Inmediatamente preguntar a un compañero.

Abro el libro para completar.

Dejaremos un hueco que luego completaremos.

**7.- Las abreviaturas...**

Son muy recomendables.

No las uses, luego no se entienden.

Son una pérdida de tiempo.

**8.- Conviene estar atento a las expresiones del profesor para....**

Que vea que estamos en clase.

Ver en qué apartados hace énfasis.

Aprender el arte de la oratoria.

**9.- ¿Debo pasar a limpio?**

Si, siempre.

Generalmente, no.

Sólo las materias de letras.

**10.-Respecto a dejar márgenes en los apuntes...**

No los dejes, ahorra espacio.

Los dejamos porque así están más limpios.

Los utilizaremos para poner comentarios.

## Soluciones al test "Cómo tomar apuntes"

1.- Una ventaja de tomar apuntes es que...

Mantienes mejor la atención.

2.- Cuál de estas cualidades es más importante para tomar apuntes:

Capacidad de síntesis.

3.- Es recomendable...

Leer antes el tema.

4.- Es aconsejable...

Llevar todo el material en un estuche.

5.- Sobre el uso de grabadora:

No es recomendable su uso en clases normales.

6.- Si te pierdes una parte de la explicación...

Dejaremos un hueco que luego completaremos.

7.- Las abreviaturas...

Son muy recomendables.

8.- Conviene estar atento a las expresiones del profesor para....

Ver en qué apartados hace énfasis.

9.- ¿Debo pasar a limpio?

Generalmente, no.

10.- Respecto a dejar márgenes en los apuntes...

Los utilizaremos para poner comentarios.