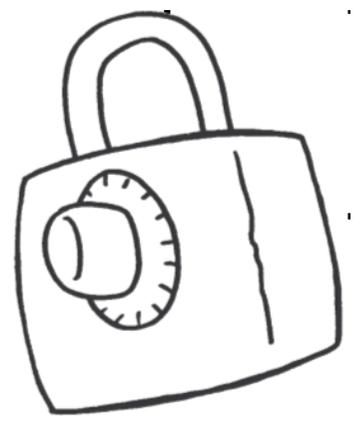


● ● ● | VENTAJAS

- Aumenta nuestra capacidad para recordar o memoria a largo plazo.
- Favorece la comprensión de nuevos conceptos.
- Permite que hagamos nuestra valoración personal de las cosas que aprendemos.
- Sirve para que utilicemos lo que hemos aprendido en situaciones nuevas.



● ● ● | PRACTICO

- Realiza un acróstico que recoja los datos principales de la lección.
- Elige una imagen visual para cada número y compón una imagen global para recordar una fecha.



APRENDEMOS A ESTUDIAR (9)

(Asimilar)



ASIMILAR

Asimilar consiste en incorporar nuevos aprendizajes a nuestro bagaje intelectual, no sólo a fin de recordar, sino de poder aplicar nuestro conocimiento a situaciones nuevas.

Hay muchos tipos de memoria. Según el sentido predominante (visual, auditiva y táctil) y según el tipo de retención (inmediata, corto plazo y largo plazo).

La memoria visual, permite recordar lo que se ha visto. Este tipo de memoria nos viene dado en imágenes visuales. A veces en un examen no recordamos una idea, pero sí que sabemos en que página se encuentra, en que párrafo e incluso las fotografías que hay al lado, pues se trata de la memoria visual. Para favorecer esta memoria es importante utilizar esquemas, diagramas e ilustraciones al estudiar.

Memoria auditiva, permite recordar lo que oímos. Podemos aprovechar este tipo de memoria realizando repases en voz alta o grabándolos en un magnetófono

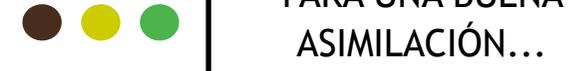


ASPECTO COGNITIVO

La memoria táctil permite recordar lo que se toca, lo que se hace; por eso es importante subrayar, realizar esquemas... También es importante escribir al repasar.

Según el tiempo de retención, hablaremos de **memoria inmediata** (cuando la información permanece unas décimas de segundo); **memoria a corto plazo** (cuando tomamos una dirección o un número de teléfono) o la que retenemos la información unos segundos.

Si queremos retenerlo por más tiempo hemos de pasarla a la **memoria a largo plazo** y para ello utilizaremos la repetición o el repaso. La memoria a largo plazo es ilimitada, podemos recordar infinidad de datos.



PARA UNA BUENA ASIMILACIÓN...

- Plántate y resuelve problemas sobre la materia que quieres asimilar.
- Para recordar mejor, haz intervenir el mayor número de sentidos posible (imágenes, canciones, acrósticos,...).
- Busca ejemplos ilustrativos.
- Trata de poner en práctica los conocimientos aprendidos en situaciones de la vida real.
- Contrasta lo aprendido con otras fuentes.
- Reflexiona sobre el tema.
- Intenta relacionar lo nuevo con lo que ya sabes.
- Habla con otros estudiantes sobre el tema.
- Comprueba tu aprendizaje mediante la realización de ejercicios o exámenes.
- Planifica los repases, para no dejar partes descuidadas.