

Nom		Llinatges	
Centre			Curs

Títol: Fitxes Tècniques d'Estudi.

1a edició: GENER de 2006

Col·lecció "Palma, ciutat educativa", núm. 88

Departament de Dinàmica Educativa.

Servei Municipal d'Orientació

Ajuntament de Palma. Illes Balears

Direcció de la col·lecció: Departament de Dinàmica Educativa. Serveis Educatius

Direcció pedagògica: Josep J. Quetglas Mas.

Autors: Elena Gervilla, M^a àngels Borràs, Francisca Coll, Paquita Luque.

Col·laboracions: Margalida Morell, Victòria Forteza i M^a José Pino.

© Ajuntament de Palma.

© Estudi 6 Gestió Socioeducativa

© Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears

És un material didàctic adreçat a alumnes de 6è de primària i d'Educació Secundària.

Es permet la reproducció total o parcial d'aquest llibre per qualsevol mitjà electrònic, mecànic, de fotocòpia, informàtic, d'enregistrament o d'altres mètodes, sempre que se'n citi la procedència i es comuniqui als propietaris del *copyright*.

Aquest material pretén donar-vos les tècniques d'estudi necessàries per millorar el vostre rendiment en els estudis.

Què són les tècniques d'estudi? Són una sèrie de mètodes, estratègies i eines destinats que l'alumnat aprengui a aprofitar el temps dedicat a l'estudi i a l'organització del seu treball, i afavorir així el seu procés d'aprenentatge. Aquests faciliten el treball intel·lectual i augmenten el rendiment acadèmic, amb un estalvi de temps i esforç.

ÍNDEX

Presentació.....	4
Qüestionari previ.....	5

FITXA 1: CONDICIONS FÍSQUES I AMBIENTALS

1.1. Teoria.....	6
1.1.1. Com ha de ser l'ambient d'estudi.....	7
- Lloc.....	7
- Taula i cadira.....	7
- Accessoris.....	8
- Silenci.....	8
- Il·luminació.....	8
- Temperatura.....	8
1.1.2. La importància de l'estat físic i emocional.....	11
- Com pots tenir una bona forma física.....	11
- Com pots millorar l'atenció.....	12
- La relaxació. Passes de la relaxació.....	14
- La motivació. Una actitud positiva.....	15
- L'autoestima.....	17
- Decàleg del bon estudiant.....	17
1.2. Pràctica.....	18
- Avaluació i millora del propi lloc d'estudi.....	18
- Exercicis per millorar l'atenció.....	20

FITXA 2: PLANIFICACIÓ I ORGANITZACIÓ

2.1.- Teoria.....	25
- Criteris per dissenyar un pla de treball.....	26
- Com organitzar una sessió de treball.....	27
- Ús de l'agenda.....	29
- Què s'ha de tenir en compte per fer un horari.....	29
2.2.- Pràctica.....	30
- Planificació mensual de l'estudi.....	31
- Planificació setmanal de l'estudi.....	32

FITXA 3. LA LECTURA

3.1.- Teoria	33
- Tipus de lectura.....	33
- Què és un lector eficaç?	35
- La velocitat lectora.	35
- Conèixer els defectes de la lectura.....	35
- Millorar la velocitat en la lectura.....	37
- Millorar la comprensió lectora	38
- La fitxa de lectura.....	42
3.2.- Pràctica.....	44
- Exercicis per avaluar la velocitat lectora.....	44
- Exercicis de comprensió lectora.	50

FITXA 4: EL SUBRATLLAT

4.1.- Teoria	54
- Avantatges del subratllat.....	54
- Què s'ha de subratllar?	55
- Quant s'ha de subratllar?	55
- Com s'ha de subratllar?	55
- Quan s'ha de subratllar?.....	57
- Per què hem de subratllar?.....	58
- Exemple de text subratllat.....	58
- Recorda.....	60
4.2.- Pràctica.....	61
- Exercicis pràctic de subratllat.	61

FITXA 5: L'ESQUEMA

5.1.- Teoria	65
5.1.1. L'esquema.....	65
- Característiques dels esquemes.....	65
- Tipus d'esquemes.	66
- Avantatges	68
5.2.- Pràctica.....	69
- Exercici pràctic d'esquema	69

FITXA 6: MAPES CONCEPTUALS I RESUM

6.1.- Teoria	77
6.1.1. Els mapes conceptuals	77
- Característiques dels mapes conceptuals.	77
- Conceptes, paraules d'enllaç i proposicions.....	78
- Com es realitza un mapa conceptual?.....	79
- Avantatges i inconvenients dels mapes conceptuals.	79
- Exemples de mapes conceptuals.	80
- Com millorar la síntesis de texts	82
- Recorda.....	82
6.1.2. Els resum	83
- Què és el resum?	83
- Com es fa?	83
- Característiques del resum	83
- Avantatges del resum	84
- El resum intuïtiu	84
6.2.- Pràctica.....	85
- Exercicis pràctics de mapes conceptuals.	85
- Exercicis pràctics de resums	88
- Exercicis pràctics de resum intuïtiu.....	91

FITXA 7: ELS APUNTS

7.1.- Teoria	95
- Com prendre els apunts?.....	95
- Avantatges e inconvenients dels apunts	97
- Abreviatures freqüents.....	97
- Hàbits inadequats	98
7.1.- Pràctica.....	98
- Exercicis pràctics de memòria.....	98

FITXA 8. L'EXAMEN

8.1. Abans de l'examen	100
8.2. Durant l'examen	100
8.3. Després de l'examen.....	100



PRESENTACIÓ

Les tècniques d'estudi es poden definir com un conjunt de recursos que faciliten el treball intel·lectual i augmenten el rendiment acadèmic, amb un estalvi de temps i esforç.

El quadern comença amb una qüestionari inicial on tu podràs veure quins són els teus hàbits d'estudi i quines poden ser les teves mancances. Si vols alguns consells i suggeriments per millorar-los cal que consultis els següents apartats:

1. El lloc d'estudi més adequat

Quines característiques ha de tenir el lloc d'estudi per afavorir la concentració i l'atenció?

2. Posa't en forma per estudiar!

Quins són els factors físics i emocionals que influeixen a l'hora de tenir un bon rendiment als estudis? Com pots millorar la concentració i l'atenció?

3. Aprofita el temps: organitza i planifica el teu estudi!

Què és i per a què serveix la planificació? Com ha de ser la planificació? Com s'ha de fer la planificació? Què has de tenir a mà per fer la planificació setmanal?

4. Com estudiar un tema

Quines són les tècniques d'estudi? Quan i com s'utilitzen?

A cadascun dels apartats trobaràs una informació útil i pràctica per millorar el teu aprenentatge. Ànim!



QÜESTIONARI PREVI

Abans de començar, veurem quines són les tècniques que fas servir:

N	PREGUNTA	SÍ	NO	A vegades
LLOC D'ESTUDI				
1	Tens un lloc fix per estudiar?			
2	Estudies a una habitació sense renous (tele, ràdio, etc.) que et molestin?			
3	La teva taula d'estudi, està lliure d'objectes que et puguin distreure?			
4	Estudies amb bona llum?			
5	El teu lloc d'estudi, està ben ventilat?			
6	Quan et poses a estudiar, tens a l'abast tot allò que necessitaràs?			
CONDICIONS FÍSQUES I EMOCIONALS				
7	Estudies sense despistar-te?			
8	Quan tens un examen sempre dorms 8 hores o més?			
9	Fas una alimentació equilibrada?			
10	Mentre estudies, et quedes tot el temps dins la teva habitació per no despistar-te?			
11	Sempre que tens un examen, no et poses nerviós/a perquè domines el tema de l'estudi?			
PLANIFICACIÓ I ORGANITZACIÓ				
12	Estudies com a mínim 5 dies a la setmana?			
13	Has fixat un horari d'estudi, descans, temps lliure...?			
14	Dus els teus deures al dia?			
15	T'apuntes cada dia els deures a l'agenda escolar?			
TÈCNiques D'ESTUDI				
16	Llegeixes per damunt el tema abans d'estudiar-lo?			
17	Subratlles les idees principals d'un text?			
18	Elabores esquemes del tema?			
19	Quan estudies, fas resums dels temes?			
20	Després d'estudiar un tema, el repasses?			

RESULTATS DEL QÜESTIONARI:

- ✓ Si has contestat **SÍ a 16 o més respostes**: es pot dir que estudies correctament.
- ✓ Si has contestat **SÍ a menys de 15 respostes**, cal que revisis TOTS els teus hàbits d'estudi amb més profunditat i millorar el teu rendiment acadèmic. Observa les respostes amb un NO i mira què pots fer per millorar-les.



FITXA 1. CONDICIONS FÍSiques I AMBIENTALS

1.1. TEORIA:

QUÈ APRENDRÉ?

L'AMBIENT D'ESTUDI

Lloc
Taula i cadira
Accessoris
Silenci
Il·luminació
Temperatura

L'ESTAT FÍSIC I EMOCIONAL

Bona forma física
L'Atenció
La Relaxació
La Motivació
L' Autoestima



1.1.1. L'AMBIENT D'ESTUDI (exercicis pàg. 9 i 18)

L'ambient que envolta l'estudi és molt important i ha de reunir una sèrie de requisits:

LLOC D'ESTUDI

- És important que **SEMPRE** sigui **EL MATEIX**.
- Has de **TENIR A MÀ** tot el que necessitis (llibres, diccionaris).
- **Aquest lloc ha de ser personal** i t'has de trobar **CÒMODE**.
- Perfectament **ORDENAT I NET**.
- **NO ha ser un LLOC DE PAS a altres habitacions**.
- Si l'has de compartir amb algú, s'ha d'establir un compromís perquè es respecti durant les hores de treball.

TAULA I CADIRA

- La taula ha de ser **AMPLA** i ha d'estar **ORDENADA** i **sense objectes que et puguin distreure**.
- La taula ha de ser **ADEQUADA a la teva ALTURA** i la de la cadira a la de la taula.
- És ideal que estigui **DEVORA una finestra**.
- La cadira no ha de ser massa còmoda, ha de tenir el **respatller RECTE**.
- **POSTURA adequada**: tronc estirat i l'esquena recolzada a la cadira. No has d'estudiar estirat sobre el llit, a terra o al sofà, ja que aquestes posicions conviden al descans. Has d'estar amb el tronc estirat i l'esquena recolzada en la cadira.

ACCESSORIS

- Tenir un **PLAFO DE SURO** per posar-hi el teu horari setmanal, pròxims controls, etc..
- Tenir **PRESTATGERIES** pròximes a la taula d'estudi perquè puguis tenir tots els materials d'estudi a l'abast.

SILENCI

- Necessites el **MÀXIM SILENCI** per aconseguir la **màxima concentració**.
- Estudia **SENSE música**.
- T'has de mantenir **ALLUNYAT de converses, del televisor o del telèfon**.

IL·LUMINACIÓ

- És **MILLOR** treballar amb **llum natural**.
- Si has de treballar amb llum artificial, a més del llum general de l'habitació, a la teva taula de treball hi ha d'haver un llum directe damunt la zona de feina.
- Aquest llum ha d'estar a la **BANDA CONTRÀRIA de la mà amb què escrius**.

TEMPERATURA

- Procura mantenir una temperatura ideal, al voltant dels **20°**.
- **No has de tenir ni fred ni calor**.
- **Ha de ser un lloc ben ventilat**.

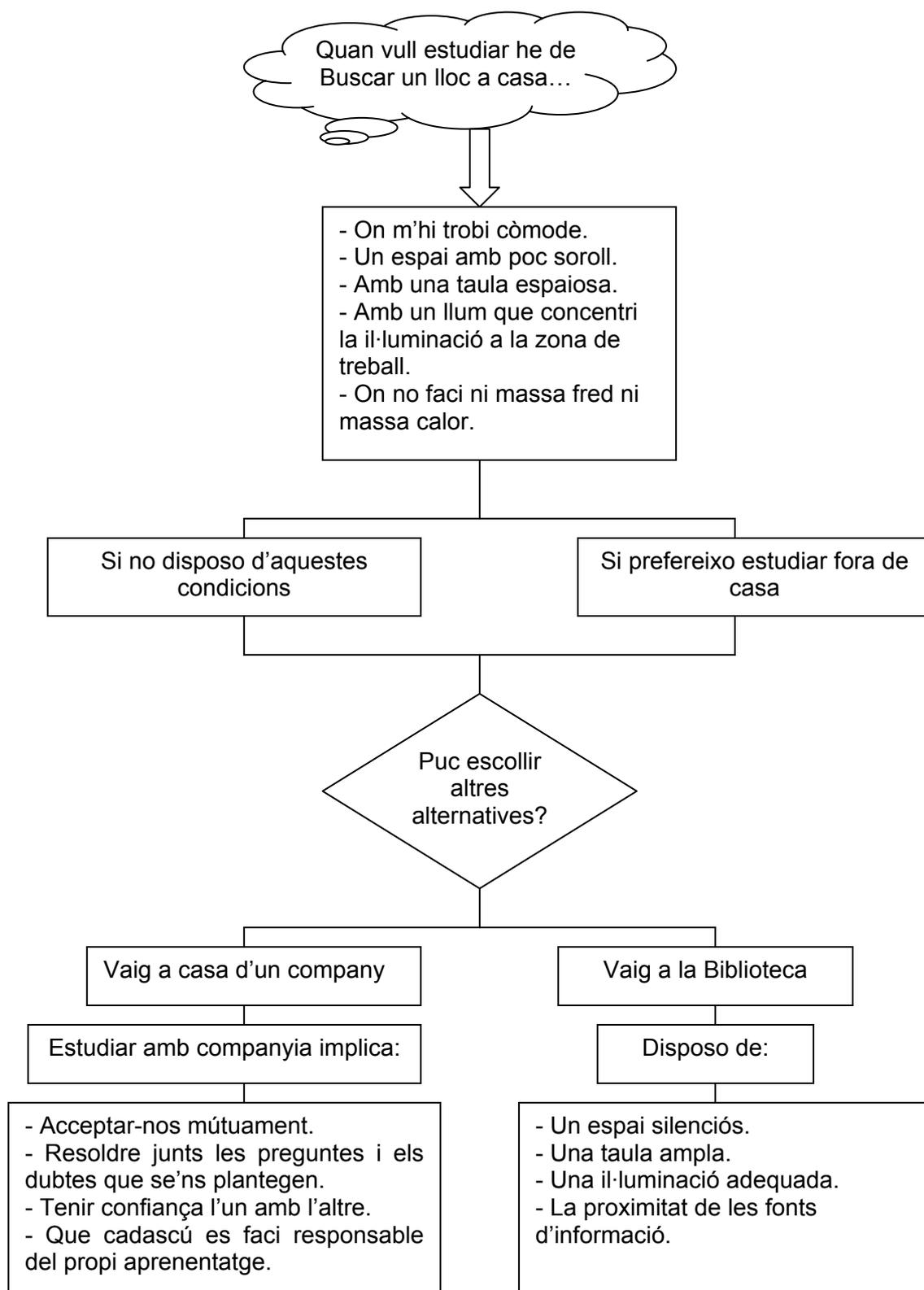
Aquest seria el lloc d'estudi ideal



A partir del que hem explicat (mobiliari, llum...) avalua quins punts favorables i desfavorables trobes al teu **lloc d'estudi**. Com pots millorar els negatius?

		COM HO PUC MILLORAR?
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-
-	-	-

Troba el teu lloc d'estudi





1.1.2. LA IMPORTÀNCIA DE L'ESTAT FÍSIC I EMOCIONAL

Per estudiar, has d'estar en forma. Això vol dir que has de tenir les condicions físiques i emocionals adequades.

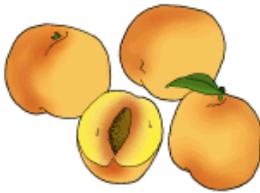
○ COM POTS TENIR UNA BONA FORMA FÍSICA?

Estar en bona forma física millorarà el teu rendiment acadèmic. Per estar en plena forma:



Descansa les hores necessàries

- ✓ Convé dormir entre **7 i 9 hores**
- ✓ És important marcar-te un **horari fix** a l'hora d'anar a dormir i a l'hora d'aixecar-te.



Menja de forma variada, quantitat suficient i sense abusar de res:

- ✓ És molt important perquè estàs en **edat de creixement**. Convé que mengis: carn, peix, ous, llet i derivats, cereals, pa, arròs, pasta, sucre, llegums, fruita, verdures.



Practica qualche esport

L'exercici físic millora l'oxigenació del cervell, el ritme respiratori, la concentració,...



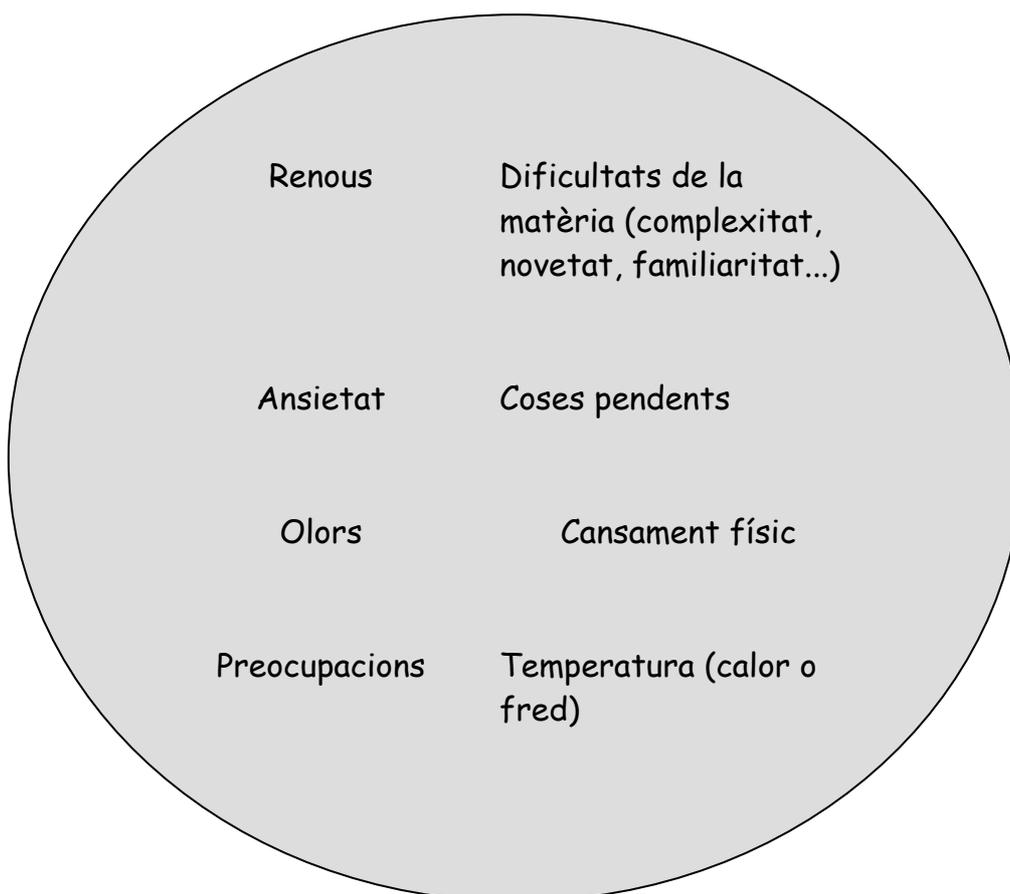
Realitza't revisions mèdiques periòdicament:
oculista, dentista, etc.

○ **COM POTS MILLORAR L'ATENCIÓ?(Exercici 3 pàg. 20-24)**

L'estudi requereix atenció i concentració. L'atenció és la capacitat d'aturar-se i concentrar-se en un punt de la lectura o en qualsevol altra activitat que fem. L'atenció és la clau de la comprensió. La comprensió i el desenvolupament de la memòria estan molt relacionats amb la capacitat de concentrar-nos en el que fem en un determinat moment.

Per ajudar a l'atenció hem d'estudiar de forma activa i dinàmica (amb bolígraf, retoladors, prenent notes, subratllant, fent esquemes, cercant en el diccionari les paraules que no entenem,...

Hi ha **factors que distreuen** la teva atenció:





Quins factors et distreuen a l'hora de concentrar-te?

Posa en pràctica els consells que et donam:

Exercicis per millorar l'atenció:

- **Estudiar tots els dies** al voltant de la mateixa hora i al mateix lloc, afavoreix i millora la concentració.
- **Planifica el teu estudi:** Procura que el nombre d'activitats que realitzes al llarg del dia sigui el que realment pots abraçar. Tenir una elevada quantitat de qüestions a atendre provoca fatiga, dificultat temporal i dispersió, aspectes que dificulten considerablement la concentració.
- **Segueix una pauta o mètode d'estudi.**
- Estudia **en bones condicions físiques:** descansat, ben alimentat...
- Estudia **en bones condicions ambientals:** en silenci, amb bona il·luminació...
- Estudia **de forma activa i dinàmica:** amb bolígraf, retoladors, prenent nota, subratllant, fent esquemes, cercant al diccionari les paraules que no entenem.
- **Fes exercicis de concentració:** Si els practiques 10 minuts de forma diària t'ajudaran a millorar el teu nivell de concentració. Per exemple:
 - Passatemps de trobar les diferències o similituds,
 - Mots encreuats, etc.
 - Observa atentament qualche cosa i tracta de reproduir-la mentalment amb tots els detalls.
 - Dibuixa un objecte amb tots els seus detalls.

○ LA RELAXACIÓ

Un dels enemics de l'estudi és l'angoixa. Per posar atenció i concentrar-te cal estar relaxat/da. Per això, **si et trobes excessivament nerviós/a, fes algun exercici de relaxació**. La relaxació és una tècnica molt senzilla que ens pot ajudar per eliminar la tensió, el nerviosisme, l'ansietat... només has de realitzar els exercicis de relaxació si et trobes excessivament nerviós o amb un nivell elevat de tensió.



Passes per una relaxació

Estàs assegut/da tranquil·lament. Estàs amb els ulls tancats, no veus res i no et preocupa no veure res. Estàs tranquil·la i a gust.

1. Fes força amb el puny esquerre –nota la tensió a la mà i a l'avantbraç. *RELAXA'T.*
2. Fes força amb el puny dret –nota la tensió a la mà i a l'avantbraç. *RELAXA'T.*
3. Doblega el braç esquerre cap amunt, aixecant el canell i estirant els dits alçats cap al sostre.
4. El mateix amb el braç dret.
5. Toca les espatlles amb els dits, alça els braços, nota la tensió als braços. *RELAXA'T.*
6. Arruga el front tot quant puguis. *RELAXA'T.*
7. Tanca els ulls amb força . Nota la tensió a tota la cara
8. Fes força amb els braços. Nota la tensió al coll i la barra. *RELAXA'T.*
9. Col·loca el cap enrere. Pressiona amb força i *RELAXA'T.*
10. Arqueja l'esquena. *RELAXA'T.*
11. Agafa aire. Deixa'l dins i nota la pressió al pit i l'esquena. Deixa'l anar suaument.
12. Tensa l'estómac, amb força. *RELAXA'T.*
13. Tensa els glutis, fent pressió sobre la cadira. Nota la tensió. *RELAXA'T.*
14. Estira les cames i contreu-les amb força. *RELAXA'T.*
15. Aixeca cap a dalt els dits dels peus. Nota com la tensió puja per la cama.
16. *RELAXA'T.*

○ **LA MOTIVACIÓ: UNA ACTITUD POSITIVA. (exercici 2 pàg. 19)**



L'actitud que tens davant l'estudi influeix en els resultats. Si no tens interès en el que estudies et serà molt avorrit, difícil i pesat. Per què aprens les lletres de les cançons, encara que siguin molt difícils, i no aprens el contingut de l'examen? Perquè hi poses **INTERÈS**. Per tant, **has de trobar la manera que sigui interessant allò que estudies**. Tindràs interès si tens aficions, aspiracions o ambicions a la vida, és a dir, alguna cosa que et motivi, alguna cosa que t'empenyi cap endavant.

LES IL·LUSIONS SÓN PER LA TEVA VIDA,
EL QUE LA BENZINA PER AL COTXE

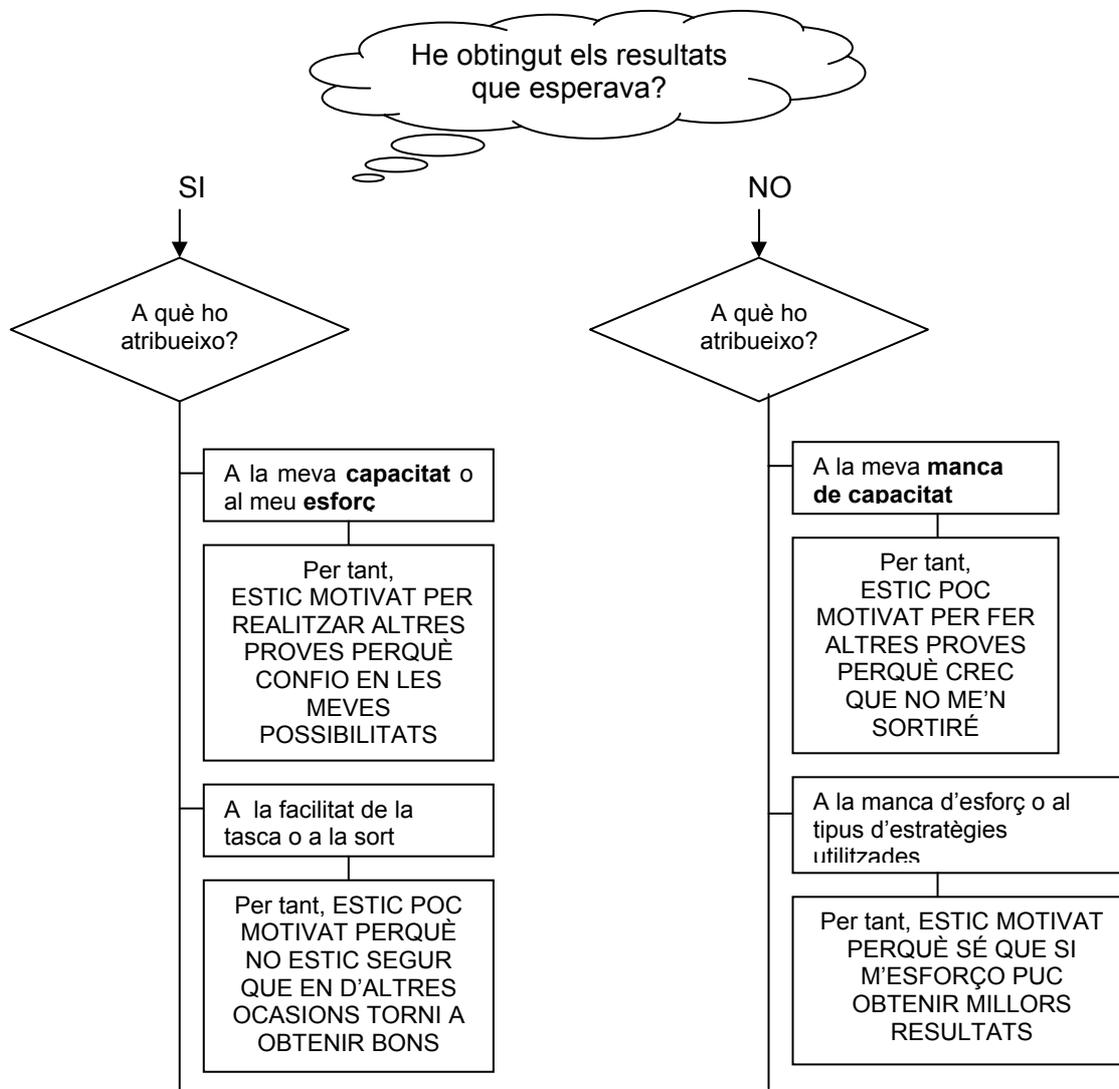
Per estudiar amb interès has tenir una actitud positiva. Posa en pràctica alguns dels consells que et donam:

1	Confia en tu mateix/mateixa i en les teves possibilitats.
2	Sigues responsable i seriós/iosa: els estudis són la teva principal obligació.
3	Formula els teus propòsits de forma positiva i no utilitzis expressions com "ho intentaré", sinó "ho faig ara".
4	Fixa't objectius reals , capaç de poder-los complir. Que allò que et proposis sigui possible i et permeti tenir qualche èxit aviat. Sigues previsor, sensat i pràctic.
5	No et desanimis! - Si no saps fer un exercici o no entens algun tema. El professorat està per orientar-te. - Davant una mala nota revisa el que ha passat. Pensa que dels errors també s'aprèn.
6	Planifica el teu estudi i aprofitaràs molt més el temps. Amb una bona planificació i dedicació pots treure qualsevol assignatura.
7	Treballa diàriament i de forma constant. Pensa que la "voluntat mou muntanyes".
8	Dóna't premis , felicitat, i dóna't recompenses per treballs i actes de voluntat a curt termini.
9	Posa il·lusió en el que fas!!
10	FES-HO! HO ACONSEGUIRAS SI HO DESITGES REALMENT.



Com puc estar més motivat per estudiar?

Pensa en l'últim examen que has realitzat i segueix el següent diagrama de decisió



LA TEVA INICIATIVA ÉS EL TEU FUTUR

**PENSA QUE DINS LA VIDA TRIOMFEN LES PERSONES
ESFORÇADES I CONSTANTS**

○ L' AUTOESTIMA

L'autoestima és l'autoimatge que cadascú té de si mateix, el conjunt de confiança i el respecte.

A mesura que les persones es refien de si mateixes, assoleixen nivells més alts d'autoestima. Dels sentiments envers nosaltres mateixos, en depenen molts aspectes de les tasques quotidianes. Les persones que se senten negatives, que creuen que no són capaces de fer res, que es menyspreen, que no es refien dels seus actes i que fomenten conductes autodestructives sobre la seva capacitat i vàlua personal, són persones a qui els manca autoestima. Per tenir autoestima:

- a) hem d'aprendre a acceptar-nos, ser respectuosos amb la pròpia realitat personal i no negar-la.
- b) viure d'una manera autoresponsable.
- c) viure de forma coherent amb el que pensem i sentim, amb la nostra forma d'actuar.

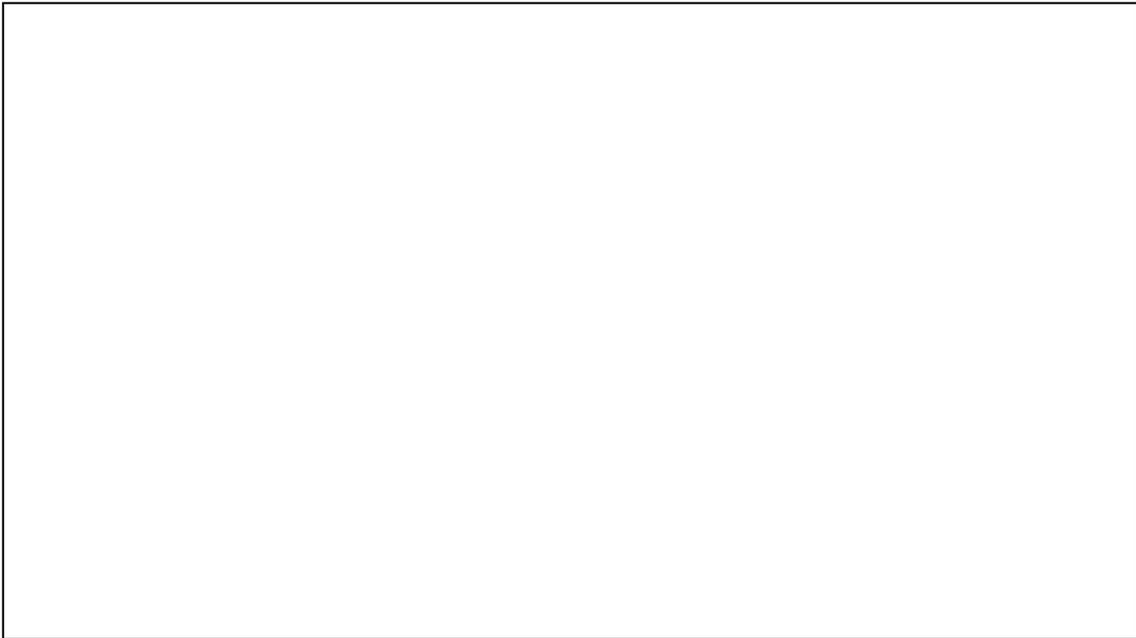
○ DECÀLEG DEL BON ESTUDIANT

1. Ho aconseguiràs si ho desitges realment.
2. Estudia tots els dies.
3. Ordena el teu lloc d'estudi i adapta'l per aconseguir el màxim rendiment.
4. Confia en tu mateix.
5. Pren l'estudi amb màxim interès i amb una actitud positiva.
6. No es pot estudiar cansat o amb son. **Dormir** el temps suficient, entre 7 i 9 hores.
7. Per eliminar l'avorriment, estudia de forma activa.
8. T'has d'asseure a estudiar amb la **ment relaxada**, sense maldecaps ni preocupacions que et distreguin o et puguin desconcentrar.
9. És important fer **exercici físic**.
10. És molt important seguir una bona **alimentació**; menjar de tot sense abusar de res.

1.2. PRÀCTICA

EXERCICI 1. Condicions físiques i ambientals

1 Descriu com és el teu lloc d'estudi tot intentant fer un dibuix del mateix.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

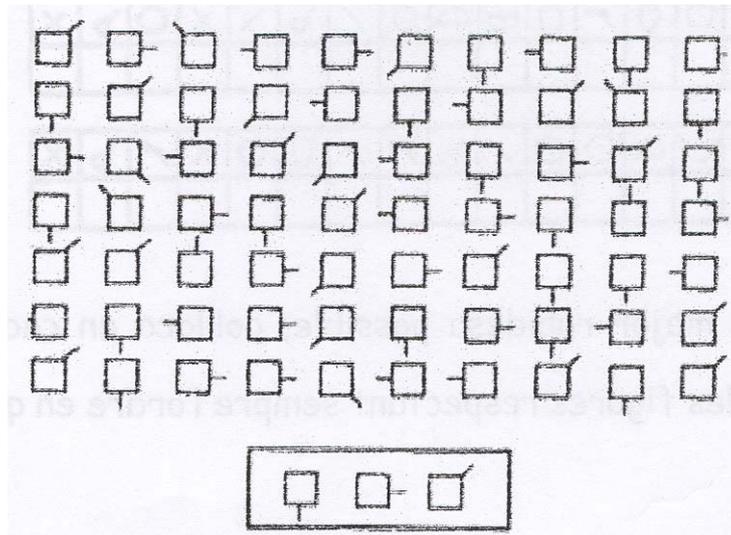
EXERCICI 2. Reflexiona i descriu tres aspectes positius teus **com a estudiant** i tres de negatius. Com pots millorar els negatius? (MOTIVACIÓ)

		COM HO PUC MILLORAR?
1.	1.	
2.	2.	
3.	3.	

EXERCICI 3. Exercicis per millorar l'atenció:

3.1. Ràpidament, compta en sentit decreixent a partir de 100, de dos en dos o de tres en tres. Exemple: 100 – 97 – 94 – 91 – 88 – 85 ...

3.2. Tatxar els quadrats iguals als del requadre



3.3. Posa a la casella en blanc que hi ha a baix de cada signe el nombre que li correspon en un temps aproximat de 3 minuts.

□	×	○	○	/	∩	∩	∩	∩	∩
1	2	3	4	5	6	7	8	9	

×	○	/	□	○	×	○	∩	∩	×	□	○	∩	○	∩
2	3													

∩	○	/	×	○	×	∩	□	×	○	/	∩	∩	□	×

×	□	×	○	/	×	□	○	∩	∩	∩	∩	/	○	∩

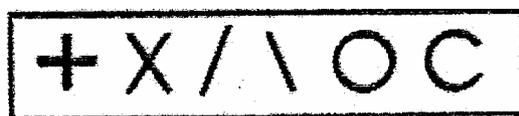
∩	○	□	/	×	○	□	/	∩	∩	∩	/	□	∩	∩

○	○	×	○	□	∩	∩	∩	∩	□	○	○	/	∩	∩

∩	□	○	∩	∩	∩	□	/	∩	∩	×	○	∩	×	×

/	∩	∩	○	□	/	∩	∩	/	○	○	×	∩	∩	×

3.4. Amb la major rapidesa possible, col·loca en cada quadre una de les figures respectant sempre l'ordre en que estan.



- 3.5. Dir en veu alta l'abecedari a l'inrevés.
- 3.6. Dir l'abecedari però aplicant a cada lletra un nom de dona. Exemple: A d'Aina, B de Berta, etc.
- 3.7. Igual que l'anterior però amb nom d'home.
- 3.8. Dir en veu alta la taula de multiplicar del 17.
- 3.9. Dir en veu alta paraules que vagin augmentant en nombre de lletres. Exemple: a-si-dit-cinc...
- 3.10. Dir en veu alta la primera i la darrera lletra de l'abecedari. A-Z; B-Y...
- 3.11. Amb els dígit: 1-2-3-4 formar totes les combinacions possibles sense repetir cap. Exemple: 1-2-3-4/// 2-3-4-1...
- 3.12. Comptar cap enrere de 7 en 7 des del nombre 500 fins el 400.
- 3.13. Multiplicar tres dígit a la vegada. Exemple: $3 \cdot 4 \cdot 7$
- 3.14. Repetir mentalment en veu alta les sèries següents:

1ª A B C D E F	F E D C B A
2ª G H I J K L	L K J I H G
3ª M N Ñ O P Q	Q P O Ñ N M
4ª R S T U V W	W V U T S R

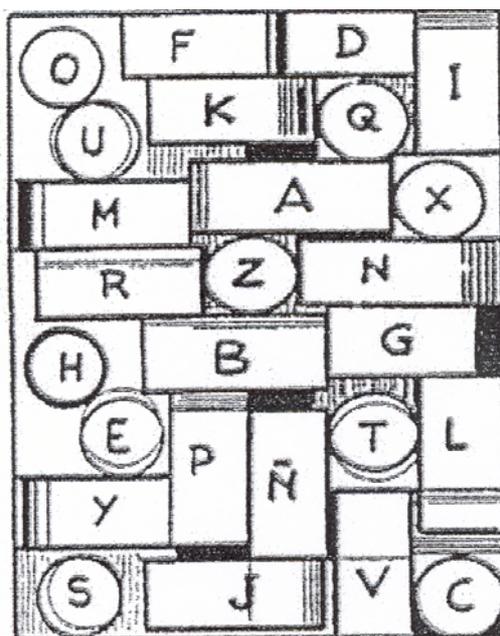
3.15.a) Compta quantes vegades apareix el nombre 9

4	3	8	9	0	4	3	6	9	0	1	2	5	7	9	6	7	7
9	1	6	2	1	7	9	5	7	8	3	9	2	1	0	6	5	4
3	0	7	9	6	2	5	0	1	9	6	7	8	4	3	2	1	0
8	9	4	1	8	0	2	9	3	8	1	1	3	4	7	5	0	8
6	5	7	2	9	1	6	0	7	4	9	5	1	8	4	0	6	5
9	8	1	6	5	0	9	6	7	8	4	3	2	1	1	2	3	9
1	2	7	3	6	7	5	3	2	1	9	0	1	6	7	5	4	3
5	6	4	2	0	5	6	8	9	6	5	9	4	0	2	1	3	0
9	8	3	4	7	9	7	4	8	6	5	2	0	1	5	6	9	9
2	5	0	3	4	5	9	9	6	7	5	5	4	0	3	2	1	1
7	9	5	4	7	6	9	5	9	0	9	9	0	3	5	3	2	5
3	4	8	5	6	9	7	8	4	3	2	1	1	1	4	5	7	4
8	0	5	9	6	8	7	7	5	0	1	5	4	8	9	7	5	3
6	1	7	2	7	3	2	9	2	8	0	5	2	9	8	0	7	1
6	7	1	4	1	3	8	0	2	1	7	6	7	4	9	7	5	6
5	4	3	2	7	5	1	6	7	1	5	8	4	3	2	0	1	4

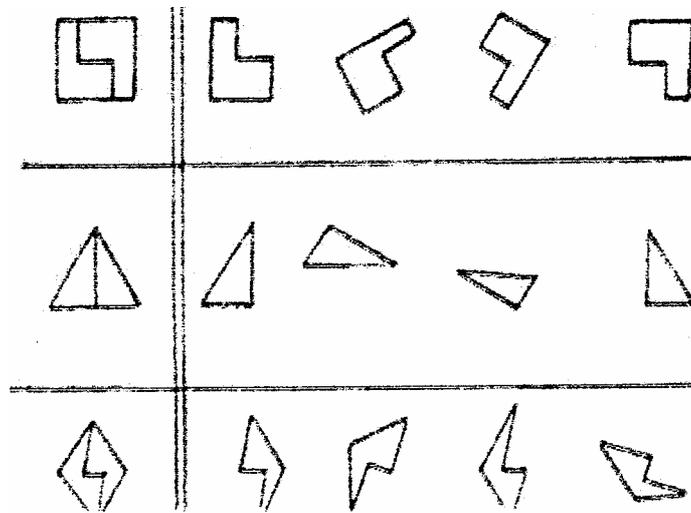
b) Cerca en la sopa de nombres anterior els següents nombres de telèfon i encercla'ls:

413802 – 217957 – 250345 – 211239 – 476959

3.16. Només amb la vista, i en el menor temps possible, cerca la successió de l'alfabet, de l'A a la Z, i en sentit contrari:



3.17. Forma la figura de l'esquerra amb una o vàries figures de la dreta.





FITXA 2: PLANIFICACIÓ I ORGANITZACIÓ

2.1. TEORIA

La **planificació** és la previsió i l'organització del que volem fer

Per aconseguir un millor rendiment del temps d'estudi és important organitzar molt bé el temps que s'hi vol dedicar. Avantatges de la planificació:

- ✓ Evitar malgastar el temps i estudiar més del necessari.
- ✓ Permet la concentració.
- ✓ Ajuda a crear l'hàbit d'estudi.
- ✓ Permet estudiar el just en el temps just.

👉 Has d'estructurar i adaptar el temps a la teva situació personal, a les activitats extraescolars i sortides amb els amics o familiars.

2.1.1. CRITERIS PER DISSENYAR UN PLA DE TREBALL: COM HA DE SER LA PLANIFICACIÓ?

Un bona planificació ha de ser:

- 1. **Realista** ►
✓ S'ha de poder dur a terme i ha de tenir en compte les circumstàncies personals, el temps i les activitats complementàries o de reforç que facis.
- 2. **Adaptable** ►
✓ S'ha d'ajustar a possibles canvis o entrebancs durant el curs (això vol dir que si et posen tasca no prevista hauràs de trobar temps d'estudi per fer-la).
- 3. **Personal** ►
✓ S'ha d'organitzar segons el teu ritme de treball i l'aprenentatge. Un mateix pla no és vàlid per a tothom. L'has de fer TU.

IMPORTANT! S'HA DE COMPLIR!

L' horari setmanal el posarem en un lloc visible des de la taula. Aquest pla s'ha de seguir amb **constància i fidelitat**.

Els dies que tinguis activitats extraescolars hauràs de preveure la preparació de les lliçons per a l'endemà. Quan t'organitzis, has de tenir en compte les lliçons que has d'estudiar i els treballs que s'han de presentar per poder distribuir bé el temps.

Un bo pla ha d'incloure el temps d'estudi, el d'esbarjo i el de repòs.

👉 Pensa que necessites descansar un mínim de vuit hores diàries.

SI PER FER QUALQUE COSA
FA FALTA VOLUNTAT,
PER SER QUALCÚ
FA FALTA ENCARA MÉS:
VOLUNTAT, FERM I CONSTANT.

🕒 S'ha d'estudiar en les millors hores per cada un.

2.1.2. COM ORGANITZAR UNA SESSIÓ DE TREBALL

○ SETMANAL

- Ha d'incloure la **previsió de totes les activitats des de l'hora de sortida del centre**: activitats extraescolars, temps dedicat a l'esbarjo, a mirar la televisió, al descans, a la música, als amics, a la família... Els espais en blanc seran els destinats a l'estudi.
- Tingues en compte **que l'estudi du associades activitats variades** a les quals hauràs de dedicar temps: repàs dels temes treballats a classe, finalització de tasques incompletes, preparació de treballs per al dia següent, realització de lectures d'ampliació.
- Dedicar **dues hores diàries a l'estudi**, de dilluns a divendres. Els dissabtes capvespre i els diumenges són per descansar, si és possible.
- **Alternar estudi i descans**: Cada hora breus espais de descans 5 a 10 minuts (durant els descansos surt de l'habitació, beu aigua, vés al lavabo, aixeca't, aireja l'habitació i **no miris la televisió**).
- Les hores d'estudi s'han de planificar, si pot ser, a **la mateixa hora i a les millors hores** (per exemple, mai després d'haver sopat o dinat...).

Tenir en compte **les distintes matèries i la seva dificultat**. Cada matèria presenta diferents nivell de dificultat per a cadascú:



○ UNA SESSIÓ DIÀRIA D'ESTUDI

Minuts	ESTUDI
30	Activitat de dificultat mitjana
5	DESCANS
50	Activitat de dificultat alta
10	DESCANS
30	Activitat de dificultat baixa



○ LA PROGRAMACIÓ MENSUAL

Organitza el mesos de forma que hi tinguin cabuda totes les assignatures que has de preparar així com les activitats que has de fer durant aquests mesos. Aquest calendari l'has de tenir penjat a l'habitació i et permetrà tenir una visió global de les activitats a realitzar durant el curs.

2.1.3. ÚS DE L'AGENDA

- ☞ És molt important dur una agenda per organitzar-te la feina.
- ☞ Cada dia hi has d'anotar les feines que cal fer de cada assignatura, la data de lliurament de treballs i exercicis i els temes que s'han d'estudiar.
- ☞ El fet de ser constant en aquesta tasca permetrà que adquireixis un costum d'organització i d'ordre sense necessitat de rebre les informacions per mitjà d'altres companys.

2.1.4. QUÈ HAS DE TENIR EN COMPTE PER FER UN HORARI?

- ☞ Les matèries a estudiar i les dificultats que cada una d'elles té suposa. Cada matèria presenta diferent nivell de dificultat per a cada un. A major dificultat, necessitaràs més temps de dedicació.
- ☞ Les exigències del professor i el temps disponible.
- ☞ El temps per jugar i per sortir amb els teus amics. Deixar cada dia una estona per l'esbarjo.
- ☞ Els descansos. Aproximadament un cada hora, seguint la regla exposada anteriorment.
- ☞ Les assignatures semblants mai no s'han d'estudiar seguides.
- ☞ L'horari s'ha d'estructurar setmanalment.
- ☞ Una vegada determinat, l'horari s'ha de complir.
- ☞ L'hem de tenir sempre a mà.

Tingues en compte que l'estudi duu associat activitats variades a les que hauràs de dedicar temps:

- ☞ Repàs dels temes treballats a classe.
- ☞ Finalització de tasques incompletes.
- ☞ Preparació de treballs per al dia següent.
- ☞ Realització de lectures d'ampliació i aprofundiment.

**ÉS IMPRESCINDIBLE TENIR TOT PREPARAT I SABER QUÈ ES FARÀ
ABANS DE COMENÇAR.**

2.2. PRÀCTICA

A la següent pàgina fes una planificació mensual i setmanal del teu estudi.

PLANNING MENSUAL

Mes _____

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Setmana del ____ al ____ de ____ de 2006.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							
21.00							



FITXA 3. LA LECTURA

3.1. TEORIA

Què aprendré en aquest tema?	{	Tipus de lectura
		Què es un lector eficaç?
		Defectes en la lectura
		Millorar la velocitat en la lectura
		Millorar la comprensió de la lectura
		La fitxa de lectura

3.1.1. TIPUS DE LECTURA

Hi ha diferents tipus de lectura:

Segons la forma:

- Lectura mecànica.** Se limita a convertir els signes escrits en fonètics. Identifica les paraules però no capta el seu significat, per tant, el nivell de comprensió és pràcticament nul.
- Lectura literal.** És la més elemental i es caracteritza per una comprensió superficial del contingut.
- Lectura oral** o en veu alta. Quan articulem el text sonorament.
- Lectura silenciosa.** Se capta mentalment el missatge. Té bon nivell de comprensió.
- Lectura comprensiva.** És la lectura que torna una vegada i una altra sobre els continguts impresos, tractant d'interpretar bé el seu significat.

Segons la finalitat:

- a. **Lectura global** o d'informació general. El seu fi és captar una idea general dels continguts fonamentals d'una lectura, sense detalls. Aquest tipus de lectura s'ha de fer a bastant velocitat.
- b. **Lectura selectiva** o de reconeixement. Ens permet cercar dades o aspectes molt concrets d'interès per al lector i se fa amb rapidesa.
- c. **Lectura crítica**. El seu fi és deduir el que vol comunicar l'autor i contrastar-ho amb el nostre propi criteri.
- d. **Lectura literària** o estètica. Té com objectiu analitzar i descobrir la bellesa del llenguatge, la qualitat de l'estil, la riquesa expressiva.
- e. **Lectura recreativa** o de passatemps. El seu fi principal és entretenir, deixar volar la imaginació.
- f. **Lectura reflexiva**. És una lectura molt més densa, lenta i reposada.
- g. **Lectura d'estudi**. És la síntesi de tots els tipus de lectura exposats. Els seus objectius són la comprensió, l'assimilació i la retenció dels continguts llegits.

Pseudolectures:

Són molt ràpides i només pretenen "llegir molt per damunt":

- a. **Lectura de rastreig**. Consisteix en visualitzar ràpidament dues o més línies per la pàgina, per formar-se en breus segons la idea general del contingut del text. Se sol practicar en la lectura de diaris i revistes.
- b. **Lectura de localització**. Només pretén trobar una dada: una paraula en el diccionari, una cita, un nombre de telèfon en la guia...

3.1.2. QUÈ ÉS UN LECTOR EFICAÇ?

Un lector eficaç és aquell que combina les dues qualitats bàsiques de la lectura: la velocitat i la comprensió. És a dir, per lectura eficaç entenem aquella que permet la comprensió d'un text en el menor temps possible.

3.1.3. LA VELOCITAT LECTORA (exercicis 1 i 2 pàg. 44)

La velocitat és el nombre de pots per minuts que una persona és capaç de llegir. La velocitat a l'hora de llegir va relacionada amb la dificultat i la finalitat del text. No és el mateix llegir per aprendre una lliçó, o per analitzar un text complicat, que llegir una revista per entretenir-se.

El que compta és la constància.

Si llegeixes ràpid, necessites menys hores davant dels llibres. No obstant, s'ha de saber que el teu objectiu no és guanyar una carrera de lectura, sinó entendre el que estàs llegint. El límit de la teva velocitat lectora és la comprensió. Passa la vista per damunt d'unes paraules o uns signes que no entens és perdre el temps i malgastar el teu esforç.

3.1.4. CONÈIXER ELS DEFECTES DE LECTURA

- 🖐️ **EL QUE NO S'HA DE FER:**

✖️ **Pronunciar en veu baixa.** Alhora que es llegeix, silenciosament es pronuncien les síl·labes de les paraules del text. Com que el nostre cervell processa la informació més ràpidament que la nostra velocitat de lectura parlada, això no afavoreix ni la velocitat ni la comprensió de la lectura.

✖️ **La repetició mental.** Consisteix a repetir mentalment allò que s'ha llegit, ja siguin paraules o frases completes. Es perd temps, la informació es dispersa i la comprensió es fa més difícil.

× **La regressió.** Alguns necessiten tornar a rellegir paraules i frases anteriors. Això és degut a que llegeixen paraula per paraula, cosa que entorpeix la comprensió del text.

× **Acompanyar la lectura amb el dit índex seguint el text.** El dit és un factor de retard. S'ha de llegir amb els ulls i la ment.

× **Moviment de llavis i boca.** Si trobes dificultat en suprimir aquest defecte, posa't un llapis a la boca i llegeix.

× **Moure el cap** d'esquerra a dreta al compàs de la lectura. Produeix cansament i disminueix l'atenció.

× Llegir la paraula **síl·laba a síl·laba.**

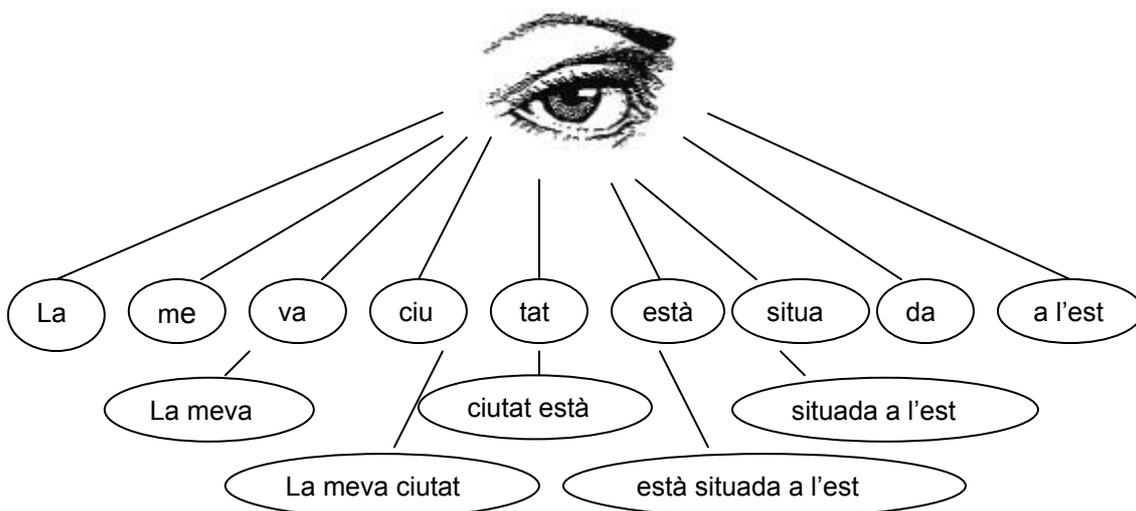
× **Interrupcions** brusques enmig de la paraula.

3.1.5. MILLORAR LA VELOCITAT EN LA LECTURA (exercicis 3-9 pàg. 45)

- Reduir al màxim el nombre de fixacions i percebre tot el camp visual possible.

Els nostres ulls no llegeixen de manera uniforme les línies d'un text: salten, avancen o s'aturen. Cadascun d'aquests moviments s'anomena fixació. En cada fixació és possible llegir una o més paraules, fins i tot frases senceres. La persona que percep paraula per paraula és un lector lent.

Exemples de fixacions segons el grau d'eficiència en la lectura:



- Fixar-se en la part superior de cada mot.

La informació que ens donen les grafies de les lletres acostuma a trobar-se en la part superior. Així doncs, durant la lectura s'hi ha de desplaçar la vista, perquè és on hi haurà la informació més extensa.

Tècniques d'Estudi

~~Tècniques d'Estudi~~

3.1.6. MILLORAR LA COMPRENSIÓ LECTORA (exercici 10 pàg. 50)

- Signes de puntuació i mots guia.

Els signes de puntuació indiquen el ritme i la velocitat de lectura. Hi ha algunes paraules que ens indiquen que la idea que s'expressa a continuació avança en el desenvolupament del tema (i, a més, també, en conseqüència, etc.), altres ens indiquen que en el contingut del paràgraf no hi ha ni avanç ni retrocés (ja que, especialment, per tal que, perquè) i d'altres mots indiquen una regressió cap a la idea principal per ressaltar-la (però, sinó que, malgrat això, en canvi).

El principal significat dels signes de puntuació més habituals és el següent:

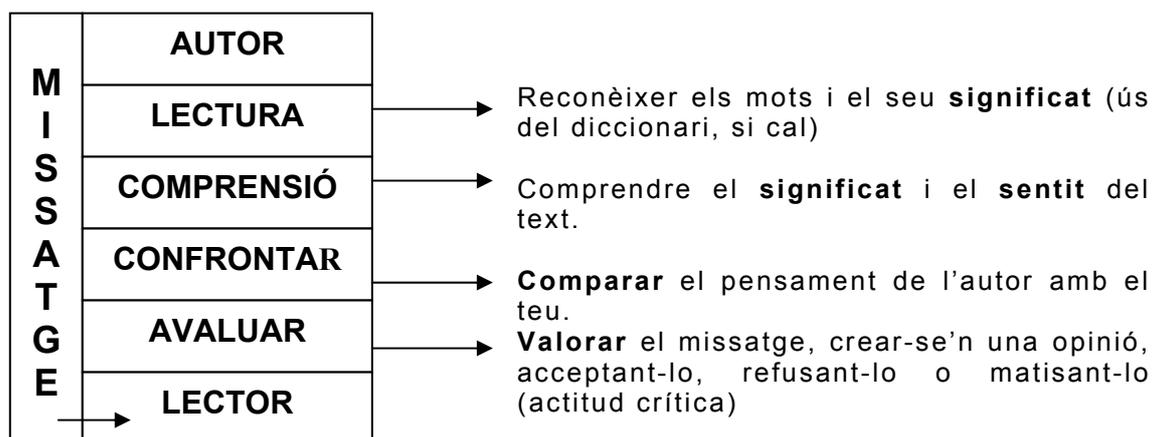
- Punt: fi del desenvolupament d'una idea.
- Punt i coma: fi del desenvolupament d'una idea. Segueix la mateixa idea però canvia d'enfocament.
- Dos punts: serveixen per aclarir una afirmació.
- Punts suspensius: Deixa l'oració incompleta i el sentit suspès.
- Coma: separa parts d'una oració.
- Comes correlatives: pot servir per presentar una oració subordinada o per realitzar funció de parèntesi.
- Vàries comes successives: enumeren les parts d'un conjunt.
- Cometes: recullen un testimoni literal.
- Parèntesi: intercala un sentit independent en una frase.
- Interrogació: expressen preguntes.
- Exclamació: indica que l'escriptor o orador eleva el to de veu.

**L'OBJECTIU DE LA LECTURA
ÉS LA COMPRENSIÓ DEL MISSATGE**

La comprensió és la capacitat d'entendre i de donar sentit al text que s'ha llegit.

Es pot dir que entens un text quan ets capaç d'explicar-lo emprant altres paraules diferents a les que venen en el llibre però mantenint la terminologia específica de cada matèria. Qual ho expliques de la teva forma, t'adones de que saps el que vol dir la lliçó i en cas de no ser capaç de fer aquest exercici, pots veure on falla la comprensió.

Fases per llegir de forma activa i recollir el missatge de l'autor



La lectura i l'estudi són dos processos diferents, però complementaris, perquè sense una lectura prèvia no és possible l'estudi.

- Consells per millorar la comprensió de la lectura:

- Descobrir les idees principals que conté el missatge.

Cada paràgraf acostuma a tenir una idea principal i unes altres secundàries que la repeteixen, la complementen o la comparen. Un bon lector ha de saber descobrir el missatge expressat a la idea principal i la relació entre aquesta idea i les secundàries.

- Descobrir i analitzar l'estructura dels textos.

Per tal de comprendre més fàcilment, hauràs de ser capaç de reconèixer el tipus de text i analitzar-ne l'estructura lògica.

- Textos expositius. Ofereixen informació i presenten fets.
- Textos narratius. Són els textos que contenen una història.
- Textos argumentatius. Són textos l'estructura lògica dels quals es basa en l'exposició d'una opinió i uns arguments que intenten demostrar l'opinió.

- Altres habilitats bàsiques de la comprensió de la lectura.

- Relacionar el text amb els coneixements i experiències prèvies. Abans d'entrar a fons en la lectura del text, t'has d'aturar un moment i preguntar-te mentalment: Què en sé, d'aquest tema? Què m'agradaria saber-ne?
- Formular preguntes sobre el text. Això es pot fer abans de començar a llegir, durant la lectura (com si fos un resum) i al final (recapitulació).
- Regular el procés de comprensió. De tant en tant ens podem quedar saturats i llegim sense comprendre el que tenim davant els ulls. En aquests moments convé aturar-se i aclarir el contingut del que s'està llegint a través de resums, esquemes, formulació de preguntes, mapes conceptuals o fins i tot a partir de la conversa oral amb una altra persona.

- El vocabulari

No es pot comprendre totalment un text si no coneixem el significat precís dels seus mots.

✓ Claus contextuals. Comprendre les paraules no consisteix a consultar contínuament al diccionari tot allò que no se sap. El bon lector dedueix molta informació del text.

✓ Anàlisi de les paraules. Convé conèixer el context de cada mot i el seu emplaçament a la frase per entendre millor el que es llegeix.

✓ Consultar el diccionari. És molt important disposar d'un diccionari que t'ajudi a comprendre tots els textos. Com més ampli sigui el teu vocabulari, millor serà la teva expressió oral i escrita. Quan desconeguis el significat d'alguna paraula, consulta el diccionari.

herètic –a *adj.* Que conté una heretgia.

heretical *adj* Herètic.

heretically *adv.* Herèticament.

herèticament *adv.* D'una manera herètica.

hereu –eva *m i f* **1** DR. CIV Persona que rep una herència, o només una part, per capítols matrimonials, disposició testamentària o legal. **2** DR. CAT Institució jurídica catalana per la qual el primogènit (que quan és una dona s'anomena pubilla) rep els béns dels seus pares. **3** *fig.* És l'hereu d'una llarga tradició familiar.

4 hereu escampa Home pròdig, malgastador.

hermafrodita **1** *adj. i m i f* BIOL/PAT Que presenta hermafroditisme. **2** *adj.* BOT Dit de la flor que presenta androceu i gineceu.

3.1.6. LA FITXA DE LECTURA

FITXA DE LECTURA

1. Nota bibliogràfica

TÍTOL:

AUTOR:

EDITORIAL:

COL·LECCIÓ:

NÚM. PÀGINES:

ÍNDEX DE CAPÍTOLS:

IL·LUSTRACIONS.

2. Argument

- Resum del mateix
- Aconteixements principals
- Com és el desenllaç?

3. Personatges

- Qui és el protagonista
- Personatges principals
- Antagonista (si n'hi ha)

4. Temps

- Durant quan temps transcorre?
- Època en que es desenvolupa

5. Espai

En quins llocs, països, ciutats, ambient social es desenvolupa.

6. Valoració personal

Si t'ha agradat la lectura o no i per què, si és amè, avorrit, interessant, etc.

Si el problema es presenta a l'hora d'entendre els texts, recorda que és fonamental entendre en classe a les explicacions sobre el tema i tenir l'hàbit de llegir, aturant-te en els llocs on hi ha signes de puntuació.

RECORDA!! POT MÉS EL QUE VOL QUE EL QUE POT I NO VOL.

El bon lector

- ✓ És capaç de comprendre el contingut del missatge escrit, de jutjar-lo i d'apreciar el seu valor estètic.
- ✓ interpreta les paraules escrites, entén el seu sentit, capta les idees i els missatges de l'autor i valora críticament el que ha llegit per aprendre-ho o rebutjar-ho.
- ✓ Llegeix molt i està obert a l'experiència dels altres.
- ✓ No se deixa arrossegar per les idees preconcebudes.
- ✓ S'esforça per tenir el major nombre d'idees clares i precises sobre un tema.

El lector dolent

- × És incapaç de centrar la seva atenció en la lectura i passa les pàgines del llibre sense captar el seu contingut.
- × És passiu i fuig de les tasques de rellegir, subratllar, fer-se preguntes i reflexionar.
- × Encara que no entén el que llegeix, segueix llegint sense aprofundir en el contingut, i sense entendre el missatge que l'autor vol transmetre.
- × Té un vocabulari reduït.
- × Deixa dubtes sense resoldre.
- × Posseeix un camp de visió molt petit.

3.2. PRÀCTICA

EXERCICI 1. Exercicis per desenvolupar la velocitat de la lectura:

- Localitzar el més ràpidament possible una o varies paraules preseleccionades en una determinada pàgina.
- Localitzar la presència d'informació específica sense llegir tot el text, sinó només fent un recorregut amb la mirada.

EXERCICI 2. Llegeix aquest llistat de paraules monosíl·labes de dalt a baix i d'esquerra a dreta. Procura no moure el cap i que siguin els ulls els que es desplacen quan llegeixin.

jo	tu	la	sol
pa	dos	un	tres
tren	col	del	amb
de	en	per	si
mar	els	són	les
van	sal	fi	lo
és se	més	si	co
tul	tal	ja	flor

EXERCICI 3. Exercici per ampliar el camp visual:

l'hotel ABACO
en primera
disposa de
habitacions
estat renovades
amb terrassa
condicionat,
caixa forta,
i televisió

SOL està situat
línia de platja.
cent vuitanta
dobles que han
recentment
al mar, aire
assecador de cabell,
telèfon directe
via satèl·lit.

ABACO SOL
Un ampli
Restaurant
I terrassa.
jocs de
amb vídeo
el seu interior
massatge i

ofereix en
bar amb
amb zona de
A més compta
cartes. Sala
i televisió.
jacuzzi gratis.
saló de

el seu interior
terrassa,
no fumadors
amb sala de
de conferències
Piscina en
Sauna
bellesa.

EXERCICI 4. Llegeix el següent llistat de paraules de dalt a baix i d'esquerra a dreta sense tornar enrere.

Casa

Gotes

Pare

Menys

Ploma

Passa

Obra

Menjar

Cosa

Planta

Base

Centre

Lleó

Plata

Ungla

Rica

Illa

Córrer

Polo

Cosí

Taula

Bossa

Dubte

Fàcil

Arma

Dansa

Ficar

Hora

Anna

Peto

EXERCICI 5. Llegeix les següents paraules de dalt a baix i d'esquerra a dreta. La lectura l'has de fer amb un sol cop de veu, evitant sil·labejar.

Abandonar	Confiança	Econòmic
Albacete	Matinada	Il·luminar
Barcelona	Tarragona	Col·locació
Frigorífic	Papallona	Almeria
Fotocòpia	Guadalajara	Saragossa
Salamanca	Acalorat	Aquarel·la
Tenerife	Zoològic	Automòbil

EXERCICI 6. La teva feina consisteix en llegir d'un cop de veu (sense sil·labejar) les següents paraules que no tenen sentit. La lectura seguirà l'ordre de dalt a baix i d'esquerra a dreta:

TISI	SOPI	CAPI
CALATA	LATICA	ZOPECÀ
MEROSÓ	CARAÑÍ	PÉCOTI
ACANA	SAFI	PRIKY
CARATI	TIRACA	BULUÑÍ
RADOPI	SARETE	FIASO
FOADOL	TAMAR	SEJOMA
LAGEAN	PATOZO	ALLONI
RAPOEL	CALMINÍN	SANTONA
CARTINI	PARTOSÍ	FRUTONÉ
CLASACO	ASPIRDOL	PALSIS

EXERCICI 7. Exercici d'extrems o zig-zag.

Les-----tèc-
niques-----de
lectura-----veloç
resulten-----d'una
gran-----ajuda
per-----aconseguir
incrementar-----la
velocitat-----lectora.

EXERCICI 8. La teva feina consisteix en llegir d'un sol cop de veu (sense sil·labejar) les següents paraules que tenen sentit. La lectura seguirà l'ordre de dalt a baix i d'esquerra a dreta.

PALOMINÀS	CLASEDER
COROPISÚ	VALEROSÓN
PROTAMIDA	OSOLANA
DESPONSERO	APÍLEDES
CALAMBURA	CICATEKA
ACÀCICA	BOROPROPÉ
BIZCASA	PROPIEMANO
KALÍMIDES	ASALAMADO
PLICONDOCA	ARTRORIAPIDES
PESTIRINAZA	CARMISONAS
OJUREGATO	PARTICONAS
ASAMBLÍN	PORTÍADAS
RECORPISTÍN	FLUORACÍN
AGOMINASA	PURTÉBALOS

EXERCICI 9. Llegeix aquest text i després calcula la teva **velocitat lectora**:

VIDA RÀPIDA

Sempre m'ha agradat la velocitat. Quan era un bebè, segons m'expliquen, gaudia quan algun dels meus germans conduïa el meu cotxet molt ràpid pel carrer. Pareix que la meua alegria només era comparable als crits que donava la meua mare assustada de que me pogués passar qualque cosa. El meu primer vehicle va ser un tricicle, i al poc temps de tenir-lo ja era el rei. No hi havia nin o nina que aconseguís anar tan ràpid com jo.

Però el que va resultar un descobriment va ser la bicicleta. Me la varen regalar quan vaig fer set anys i als pocs dies baixava a tota velocitat la costa que separa la meua casa del parc. La sensació de llibertat que tenia mentre em donava l'aire en la cara i jo pedalejava sense aturar, m'omplia tot el cos. Em vaig caure varies vegades, però això no importava. Lo pitjor va ser la vegada que em vaig rompre el braç, perquè vaig estar tres setmanes enguixat i sense poder muntar en bici.

Tots els meus amics també tenien bicis. Resultava de lo més divertit jugar a policies i lladres pujats en les nostres poderoses màquines de dues rodes i dos pedals. El millor era "El Xinès" perquè derrapava com ningú, i així sempre evitava que l'agafessin.

Amb els anys, les meves passejades en bicicleta m'han permès conèixer millor la ciutat. He passat horabaixes sencers sortejant cotxes, autobusos i motos per arribar fins llocs en els que mai no havia estat. La competició amb els autobusos resulta molt divertida. Em guanyen quan venen pujades, però els recupero terreny quan fan les seves aturades. Amb aquest sistema he aconseguit que molts carrers i places, que només havia vist en fotos o en la tele, sorgeixin com per art de màgia davant els meus ulls.

Un diumenge, no fa molt, la carrera contra un autobús es va prolongar més de lo habitual i vaig arribar fins un barri desconegut per mi. L'esforç havia estat dels bons i me trobava mort de set. Anava cercant una font per beure aigua i no hi havia ningú pel carrer que em pogués indicar on hi havia una. De sobte, va aparèixer una al·lota avançant cap on jo era: tindria uns quinze anys, duia el cabell llarg i, de seguida que els seus ulls em van mirar, vaig sentir un gran buit en l'estómac.

No estava preparat per una trobada així. Per uns segons vaig oblidar la set i la font. Només me va venir al cap que estava suat i segurament feia mala olor. A més, com succeeix sempre que veig qualcú que m'agrada, no se m'ocorria res graciós que dir-li. Havia de fer via o passaria de llarg i no podria parlar mai amb ella. Aterrorit davant la idea de que se

n'anés sense haver-li dit res, vaig encertar a preguntar-li, entre quequeig, si hi havia qualque font per allà a prop.

M'imagino la meva pesadesa, perquè a mesura que anava parlant i embullant-me, a ella se li obria el somriure i se li encenien els ulls, apunt de mollar una riallada. Per sort no ho va fer, perquè m'hagués posat vermell com una tomàtiga. Quan em va veure tan eixelebrat, es va oferir a acompanyar-me. Suposo que degué pensar que seria incapaç de trobar-la tot sol.

Mai he desitjat tant que estigués enfora un lloc. M'encantava anar xerrant amb ella. Passat el primer moment d'ensurt, vaig recuperar part de la meva facilitat per conversar. Mentre caminàvem ens vàrem explicar on estudiàvem i algunes de les nostres aficions. Alguns dies pareix que tot te surt bé, i aquest pareixia ser un d'ells. Als pocs minuts de conèixer-nos, ja xerràvem i rèiem com si fóssim amics de tota la vida. Sempre m'havia semblat que, per que m'agradi una al·lota, ha de tenir sentit de l'humor, i ella el tenia.

Me va dir que havia sortit a passejar una estona perquè estava cansada d'estar estudiant a casa. Tenia exàmens la setmana següent i encara li faltaven lliçons per aprendre, per això no havia sortit amb els seus amics. Per primera vegada en la meua vida me vaig alegrar de que existissin els exàmens. Jo li vaig contar la meua afició per les passejades en bici i lo divertit que és descobrir llocs en els que no havies estat abans.

Varen arribar fins a la font, però en aquell instant beure no era ja la meua principal necessitat. Ho volia saber tot d'ella i, en especial, aconseguir que es quedés al meu costat, que no se n'anés a casa seva. Pareix que la meua companyia no li desagradava, perquè va acceptar quedar-se una estona, que al final va durar vàries hores.

El temps va passar volant. Se feia de nit i ja era hora de tornar a casa. La nit és una companyia dolenta pels ciclistes. Per llavors ja ens havíem donat el telèfon per veure'ns el següent cap de setmana. En el moment del comiat vaig pensar que havia de demostrar-li quan m'agradava. Quan vaig anar a fer-li un petó em va mirar amb sorpresa i em va dir:

- No creus que vas massa ràpid?

Jo em vaig encongir d'esquena i li vaig contestar:

- Què vols, sempre m'agradat la velocitat.

Núm. Paraules: 874

Temps emprat:

Per calcular la velocitat lectora:
Núm. Paraules*60/temps en segons

+ 300 ppm. Molt bo

300-150 ppm. Bo

- 150 ppm. Deficient

EXERCICI 10. Comprensió lectora. Llegeix el següent text intentant entendre'l. Vigila! Hi ha paraules amb errades ortogràfiques, sintàctiques i barbarismes que has de trobar.

UNA HISTÒRIA VERTADERA

Era alt, excessivament alt per aquell poble d'homes mitjans, i d'esveltesa infreqüent. Era una torre **sostingut** per dues cames. Anava molt a poc a poc, tant que mai no va arribar prest a cap banda. Ningú no recordava haver-lo vist riure, encara que **-ho he** de dir- qualche vegada somreia; llavors, el seu rostre cremat per la brutalitat d'un clima sec, **esboçava** una imperceptible **mueca**, mentre els seus ulls negres i enormes brillaven amb ingènua i **pícara** malícia.

Mai no va aspirar el fum d'una cigarreta, desconeixia el gust de l'alcohol i l'expectant emoció del joc, les dones... les dones el **veia** passar sol o en companyia sentint despertat el cuc luxuriós davant el lleu **bamboleig** de la seva immensa corpulència. Però cap d'elles va saber del contacte del seu cos, de la carícia de les seves mans, de l'amorós **roce** dels seus llavis, del... Sempre va treballar des de que les seves plantes van adquirir fermesa sobre el terra, les aspres tasques del terra havien **intimidat** amb ell. La cura de l'olivera, la **siembra** del blat, la **siega**, la trilla, el treball de l'hort, res escapava al seu domini professional.

La seva feina era eficaç, incansable, treballava fins que el crepuscle indicador de la nit apareixia entre els monts. Aquell era el moment d'abandonar el feina i, sense presses, amb el pas habitual, encaminar-se cap a la petita casa en la que plantes, animals i home harmonitzaven les seves vides.

Qualque mirada **huraña**? Una colèrica paraula que irreprimible sobrepassa el vol de les altres? Un moviment impremeditat anunciador d'una pròxima agressió? Un gest d'esgotament de dissimulat cansament? No, res d'això va poder ser observat. Però llavors, per què aquell: "Ja no faig més feina".

I no va oblidar fer-ho.

Van ser moltes les elucubracions i conjectures que van tractar d'explicar l'estrany comportament, la insòlita decisió. Encara avui els **estudios** continuen les seves investigacions, Hi va haver que li va atribuir raons socials: "Ho va fer perquè l'explotaven. Ja estava fart d'enriquir els rics". Per altres les motivacions eren d'índole filosòfica: "Treballava per treballar i com que treballava tant li va perdre el gust a treballar". També van donar la seva opinió **aquella** per **a** que les causes de la inexplicable conducta no tenia altra explicació que la religiosa: "Deu

l'ha cridat per derroters distints als del treball. Ell li **mostrara** l'autèntic camí". Però la important majoria ho va resumir en la seva forma **mes** simple: "Ha tornat boig".

El cert és, que el filo-boig-soci-religiós no va retornar al viure anterior. Es va fer xarlatà i **dicharachero**, en carrers i places, tavernes i bars era fàcil trobar-ho. no bevia ni gota, en canvia parlava de tot: política, religió, ciència, filosòfica, educació; a cap coneixement era aliè el seu entendre, a tota pregunta donava coherent i lògica resposta.

On i quan va adquirir tal **sabiduria**? Vaig preguntar, però ningú no va saber respondre'm.

Dur aquesta vida de holganza comunicativa, lliure de deures, d'obligacions imposades per la feina, no li va ser difícil. Era home auster, de tan exigües necessitats, que amb allò capitalitzat en anys anteriors podria haver continuat amb el mateix pla fins el final dels temps i no obstant no ho va fer. Successives primaveres **seguida** dels seus hiverns van haver de transcórrer fins aquella en que molt de matí -**apenes** els galls havien començat la seva cantilena- va obrir totes les portes, va regar amb especial generositat, després de meditar una estona amb el mirar cap a l'est, va **susurrar**: "No parlaré més".

I no va oblidar fer-ho.

No va existir altra persona, animal o casa capaç de treure'l de l'hermètic mutisme en que s'havia ficat. Els procediments intentats per obligar-lo a dir una frase al començament, després una paraula, més tard una síl·laba, foren molts i diversos: astuts, subtils, dolços, violents... temptatives frustrades, el seu mutisme era absolut.

Llestos, intel·ligents i **setciències** van mostrar el seu interès pel problema. Es van extreure conclusions tan extravagants, tan complexes, que el fet i el seu heroi es perdia entre elles. Es va recordar el que va ocórrer anys abans, i les opinions dels que en aquell moment l'havien donat es van veure confoses, no obstant, la majoritària va aconseguir alguns seguidors més. La seva gran senzillesa era commovedora: "Ha tornat boig".

I igualment van seguir pensant quan setmanes més tard sense més equipatge que l'imprescindible per no anar sense roba, es va dirigir als afores. Una silenciosa comitiva el seguia. I diuen que en arribar al camí front al qual un immens mar d'oliveres **exté** les seves branques, el van veure dubtar abans de perdre's en el seu interior. Allà, entre els arbre, va construir casa seva: una petita cabana de pals i fulles seques.

Passat algun temps, a través del **chismorreo**, van aconseguir **enterar-me** de que s'alimentava d'arrels i de no sé quina classe de plantes, que es comunicava amb els animals i era tan estimat per ells que no hi havia espècie en la zona que no estigués disposada a **complacerlo**.

Per uns al·lots, que fent campana es van acostar al lloc, es va confirmar la idea que li havien sorgit unes enormes ales de tal tamany que li bastava un simple moviment per recórrer molts quilòmetres... i també plomes, i banyes, i una coa i...

És cert, jo no ho vaig veure, però ho crec.

Més endavant, uns **campessins** que passaren per allà, sense saber res del tema, van dir que havien estat amb un home que s'entenia amb les plantes i del cos del qual brotaven infinitat de branques, fulles i flors, amb tal profusió que resultava impossible distingir la seva figura.

Els darrers que el van veure van contar que se havia identificat de tal mode amb el terra que només a molt poca distància es podien apreciar els seus contorn, que el seu mateix cos era ja terra, i que amb les grans tempestes aquest es va anar desfent fins **integrarse** en un tot en el que fugia la possibilitat de trobar el seu rastre.

Jo no ho vaig presenciar però ho crec perquè és veritat.

José Jiménez Ortega
(adaptació)

1. Recordes quins eren els trets físics més destacats del protagonista? Escribeu-los.

.....
.....

2. A què es dedicava?

.....
.....

3. Quin va ser la primera decisió important que va prendre sobre la seva vida?

.....
.....

4. Es queixava sobre la seva feina?

.....
.....

5. Exposa una de les explicacions que els que coneixien el protagonista van argumentar sobre la seva primera decisió.

.....
.....

6. Quin era l'estat d'ànim després de decidir que no treballaria més?

.....
.....

7. Passats uns anys va tornar a sorprendre als seus conciutadans, què va fer?

.....
.....

8. Finalment, on va anar a viure?

.....
.....

9. De què s'alimentava?

.....
.....

10. Quins van ser les dues darrers passes de la seva transformació final?

.....
.....



FITXA 4. EL SUBRATLLAT

4.1. TEORIA

Què aprendré?

- Passes de subratllat
- Com i quan s'ha de subratllar?
- Què i quant subratllar?
- Avantatges del subratllat
- Subratllat correcte i incorrecte

Subratllar consisteix en fer una línia a baix de cada línia principal, dada o paraula-clau que sintetitza el pensament del paràgraf.

4.1.1. AVANTATGES DEL SUBRATLLAT

- ✓ Realitza un estudi actiu i més divertit.
- ✓ T'ajuda a comprendre millor.
- ✓ Beneficia la concentració.
- ✓ Fa possible la reestructuració dels nous coneixements que es van adquirir.
- ✓ Quan ressaltem les frases i paraules clau, centrem més l'atenció en elles, amb la qual cosa estalviem esforç.

**RECORDA: NO S'HA D'ESTUDIAR UNA LLIÇÓ
SENSE HAVER-LA SUBRATLLAT ABANS.**

4.1.2. QUÈ S'HA DE SUBRATLLAR?

Només s'ha de subratllar allò que és fonamental i que normalment es troba en una idea principal, que pot estar al principi, al final o enmig d'un paràgraf. Més que paraules, s'han de cercar idees.

- Podem subratllar en resposta a les preguntes: Què, qui, quan, com, on i per què.
- Subratllar només qüestions importants.
- No subratllar preposicions, conjuncions, articles...

També és bo subratllar les paraules tècniques o específiques del tema, així com qualsevol dada rellevant que contribueixi a una millor comprensió.

4.1.3. QUANT S'HA DE SUBRATLLAR?

No hi ha fórmula fixa. Si només interessa anar a allò fonamental, es pot subratllar en cada paràgraf les paraules que contenen la idea bàsica. Però de vegades convé destacar també les idees secundàries que serveixen per reforçar, ampliar i enriquir la principal.

És important tenir en compte que si ho volem destacar tot, en realitat no estam destacant res, ja que **l'excés de subratllat impedeix la comprensió.**

4.1.4. COM S'HA DE SUBRATLLAR?

Normalment, per subratllar es farà servir un llapis. Si es volen diferenciar les idees principals de les secundàries es poden utilitzar dos **colors**: vermell i blau.



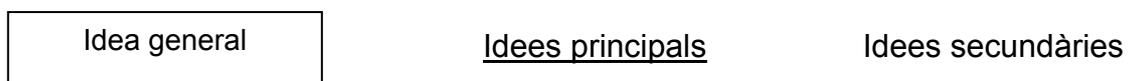
Només es poden subratllar els llibres propis.

- **Sistema que cal seguir per subratllar un text:**
 1. Fes una **primera lectura** del tema (prelectura). Et formaràs una idea global del text. Fixa't en la composició dels apartats, els dibuixos, les fotografies, els gràfics, etc.
 2. Ara fes una **altra lectura** del tema: ara s'ha de subratllar. Cerca les idees principals i les secundàries i subratlla-les. No has de subratllar paràgrafs sencers, ni frases llargues, tan sols:

- Paraules clau.
- Frases curtes.
- Dades tècniques importants.
- Detalls fonamentals.

3. **Llegeix el que has subratllat** i comprova si, per si sol, té sentit i coherència respecte al text complet.

El subratllat s'ha de fer de forma que afavoreixi els repassos posteriors i la confecció d'esquemes i resums. La lectura d'un subratllat, si està ben feta, té sentit complet sense necessitat de recórrer a les paraules no subratllades.



- **Altres senyals i marques que ajuden a destacar lo fonamental:**

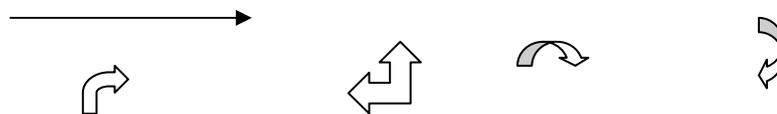
Requadre: per destacar etapes, classificacions, dates...



Cercle: pels començaments importants, paraules significatives i epígrafs en una lliçó



Fletxes: serveixen per enllaçar i connectar dades, idees i paràgrafs que tenen qualche tipus de relació.



Subratllat en vertical: se col·loquen unes ratlles verticals al marge per destacar paràgrafs i trossos de paràgraf en un text el que és bàsic per la comprensió general del tema o que s'ha de posar especial atenció

Destacat especial: es pot fer servir una línia ondulada a baix de la dada o dues línies paral·leles. serveix per destacar elements que s'han de fixar i memoritzar necessàriament.

Destacat especial

Acotats: són corxets que posem en paràgrafs dubtosos que precisen aclariment, ampliació de continguts, etc.

[]

Cridades: les principals són l'asterisc i les admiracions i se solen fer servir com a cridada d'atenció sobre qualque cosa que ha despertat la nostra curiositat.

* ¡¡ !!

 A tenir en compte:

La qualitat de l'esquema i del resum dependrà d'un bon subratllat.

Si en el text hi ha paraules de les quals desconeixes el significat, no subratllis res. En aquest cas has de **consultar sempre el diccionari**.

4.1.5. QUAN S'HA DE SUBRATLLAR? (exercici 1 pàg. 61)

- No s'ha de subratllar en la primera lectura, de visió general, perquè se podrien destacar frases o paraules que no expressen el contingut essencial.
- Les persones molt entrenades en la lectura comprensiva poden realitzar el subratllat durant la segona lectura.
- Les persones menys entrenades poden necessitar una tercera lectura.
- Per subratllar de forma correcta és fonamental conèixer el significat de totes les paraules en sí mateixes i en el context que es troben.

4.1.6. PER QUÈ HEM DE SUBRATLLAR?

Podem resumir les qualitats del subratllat de la següent forma:

- És una tècnica que permet arribar amb rapidesa a la comprensió de l'estructura i l'organització d'un text.
- Ajuda a fixar l'atenció, evitant les distraccions i la pèrdua de temps.
- Afavoreix l'estudi actiu i l'interès per captar allò essencial de cada paràgraf.
- Donat que destaquem allò important, s'incrementa el sentit crític de la lectura.
- Constitueix una ajuda extraordinària per repassar molta matèria en poc temps.
- És condició indispensable per confeccionar bé esquemes i resums.
- Afavoreix l'assimilació i desenvolupa la capacitat d'anàlisi i síntesi.

4.1.7. EXEMPLE DE TEXT SUBRATLLAT

EL TRIOMF DEL MODERNISME

L'art de la burgesia

Cap a l'any 1880, a molts països europeus, l'alta burgesia, que gràcies a la indústria havia acumulat grans fortunes, va començar a demanar cases, escultures i mobles que fossin el símbol del seu poder econòmic. Així va sorgir a Anglaterra, després a França i a Àustria, i amb unes característiques més austeres a Bèlgica i a Catalunya, l'anomenat Art Nouveau (<art nou>), que aquí es va anomenar **<modernisme>**. A Catalunya es va identificar amb el nacionalisme i Barcelona va ser la ciutat amb més edificis modernistes del món.

L'arquitectura modernista

Les ganes de distingir-se i de voler ser originals van fer que els arquitectes es convertissin un altre cop en menestrals: vidres emplomats, mosaics, porcellanes, els apliquen a finestres i reixes. Gràcies a aquesta sublimació dels vells oficis es van crear formes decoratives noves. Però el que és característic del modernisme és l'ús que va fer en arquitectura de les **formes estilitzades de la natura**: tiges, flors, pinyols, tot presidit per la **passió per les línies corbes**. Les línies rectes gairebé no es donen a la natura, deien els constructors modernistes; per això s'ha de tornar a edificar seguint

les formes rodones i curvilínies del paisatge Gaudí l'arquitecte modernista més genial escrivia: "La corba és la línia de Déu".

Al Palau de la Música Catalana, Doménech i Montaner va acumular entorn de l'escenari una decoració feta amb arbres i núvols, introduint, en un espai arquitectònic concebut per a la música, l'escenografia que Wagner reclamava per a les seves òperes.

Gaudí

Antoni Gaudí va fer servir als seus edificis les corbes i les línies parabòliques inspirades en la natura. Ja no feien de suport les columnes i els pilars clàssics, cilíndrics o prismàtics, sinó que imitaven els estrenyiments i les panxes que fan els ossos en els organismes vius. A les torres de la façana del Naixement, l'única que va construir de la seva església colossal, la **Sagrada Família**, és ben evident que hi defuig el pla i el prisma. Recobertes d'escates, inspirades en el regne animal, Gaudí va projectar les seves torres còniques de 107 metres d'alçada, però en el bosc de torres del seu projecte la més alta havia de fer 170 metres.

Al **parc Güell** va experimentar les solucions de la ciutat-jardí anglesa aprofitant els desnivells per unir arquitectura i natura, construint galeries inclinades i fent servir mosaics per recobrir la gran sala circular de l'entrada.

A la **casa Batlló**, construïda al cap de vint i cinc anys d'haver començat la Sagrada família, va dur fins al proxime la seva dèria de moviment en les ondulacions de la façana i en els ferros retorçats dels balcons, i sembla que vulgui donar vida a l'edifici amb les columnes en forma d'os i amb les obertures a manera de gotes.

4.1.8. RECORDA!!

○ SUBRATLLAR UN TEXT T'AJUDARÀ A:

Centrar l'atenció en la lectura.

- Facilitar la comprensió del tema.
- Memoritzar més bé les idees.
- Estudiar més fàcilment i aprendre més bé.
- Fer de l'estudi un exercici actiu i divertit.

○ PASSES QUE HEM DE SEGUIR PER A FER UN BON SUBRATLLAT:

1. Farem una prelectura o lectura superficial del tema.
2. Llegirem atentament el text fent algunes marques que ens ajudin a destriar les idees principals.
3. Subratllarem les frases més essencials, les que ens mostraran les idees principals. Aprofitarem aquest moment per a resoldre dubtes.

○ COM PODEM TROBAR LES IDEES PRINCIPALS:

- Sabrem que és o són idees principals si quan llegim el text i suprimim les frases subratllades, aquest perd tot el seu sentit.
- També ens podem fixar en la paraula o paraules que es repeteixen més o també en els seus sinònims.
- La idea principal també pot venir expressada en frases que comencin de la següent manera: "La qüestió principal és...", "La conclusió a la que hem arribat és...", "Finalment...".

○ CONSELLS FINALS:

- Només és útil allò que tu has subratllat.
- Són inútils els subratllats de fragments que no entens.
- Subratllar en la primera lectura és poc precís.
- Allò que subratllis s'ha de poder esborrar per si t'equivoques.
- És recomanable, per això, fer-ho a llapis i fluixet, per si al cas.
- Subratllar és començar a estudiar.
- Subratlla com si escrivissis un telegrama.
- Aquesta tècnica no només suposa fer línies davall les paraules, les anotacions i aclariments al marge del text són un tipus de subratllat.

4.2. PRÀCTICA

SUBRATLLA ELS TEXTS DELS SEGÜENTS EXERCICIS:

EXERCICI 1. "L'ESGLÈSIA MEDIEVAL"

L'Església, a l'edat mitjana, va tenir un paper destacat a causa:

- del seu poder econòmic i la seva influència política;
- de la seva tasca evangelitzadora;
- de la seva activitat cultural, desplegada des dels monestirs.

Els monestirs

Els monestirs eren comunitats de monjos que vivien seguint les normes que fixava un ordre religiós.

Els orígens de la seva monàstica cristiana cal cercar-los a Orient, on des del segle III n'hi ha constància. A Occident, el creador en fou **sant Benet**, el qual, des del monestir italià de Montecassino va fundar, al segle VI, l'**ordre dels benedictins**, regit per una regla en què es combinaven l'**oració i el treball**.

Els monjos benedictins resaven set cops al dia tots plegats i dedicaven la resta del temps a tasques diferents: llaurar el camp, treballar als tallers o a l'estudi a la biblioteca del monestir.

A més del vessant espiritual, els monestirs en tenien un altre d'econòmic. En efecte, sovint eren propietaris d'extenses terres treballades per colons o serfs, l'origen de les quals es troba en:

- **Donacions pietoses**, realitzades per propietaris que, abans de morir, cedien les seves terres a l'Església per tal de reconciliar-se amb Déu.
- **Donacions reials**, fetes per repoblar terres perilloses o per cercar el suport de l'Església davant els enemics dels reis.

El monarquisme, a causa de la feudalització de l'Església, va tenir dues **reformes** per retrobar la puresa inicial de la regla benedictina. Al segle X, des del monestir francès de **Cluny**, s'impulsà un moviment reformista que va tenir el suport del papat.

Posteriorment, al segle XII, des del monestir també francès de **Citeaux**, sant Benet de Claravall inicià l'anomenada reforma del **Císter**.

A Catalunya la vida monàstica fou molt destacada. Cal esmentar, per la seva importància històrica, els monestirs de **Ripoll** i **Sant Pere de Roda**. Actualment, **Montserrat** i **Poblet** són els més importants.

La cultura monàstica

El treball dels monjos a les biblioteques monàstiques fou vital a la cultura grecoromana.

Els monjos es dedicaven a **conservar** i a **transcriure** els antics textos de la cultura clàssica per impedir-ne, d'aquesta manera, la pèrdua i l'oblit.

Als monestirs, també hi havia **escoles monàstiques**, en que estudiaven els novicis i alguns seglars. Els alumnes aprenien a llegir llatí i grec, estudiaven **gramàtica**, **retòrica** o l'art de parlar i escriure bé; **dialèctica**, per tal de saber dialogar; **música** dels cants monàstics; **astronomia** per saber calcular les dates litúrgiques; **matemàtiques** i **geometria**.

FONT: *Talaia 7, Ciències Socials*. Barcelona. Bruño, 1990, p. 140-141.

EXERCICI 2. "ELS MAIES"

Els maies vivien en la zona sud de l'actual Mèxic i a Guatemala.

Total de paraules: 13

EXERCICI 3. "ELS ÉSSERS VIUS"

Les característiques dels éssers vius estan adaptades per sobreviure en els llocs on viuen.

Total de paraules: 14

EXERCICI 4. “ELS AEROPORTS”

Els aeroports són llocs on embarquen i desembarquen els passatgers i les mercaderies que se transporten per l'aire.

Total de paraules: 18

EXERCICI 5. “L'ALIMENTACIÓ DELS GRECS”

L'alimentació dels grecs es basava en els següents productes: pa, fruites, verdures i peix. Amanien els seus menjars amb oli d'oliva. La beguda més popular era el vi.

Total de paraules: 28

EXERCICI 6. “L'ONU”

L'Organització de les Nacions Unides (O.N.U.) es va fundar el 1945 i els seus objectius principals són els següents:

- 1) Mantenir la pau i seguretat.
- 2) Fomentar la cooperació entre tots els països.
- 3) Garantir el respecte als drets humans en tot el món.

Total de paraules: 44

EXERCICI 7. “EL CERVELL”

El cervell controla tots els actes voluntaris. Està dividit en dues meitats: hemisferi dret i hemisferi esquerre.

Per fora, el cervell és de color gris i està ple de rugositats. Hi ha molts vasos sanguinis, que duen l'oxigen i els aliments fins el cervell.

Per dins, el cervell és de color blanc i no té cap vas sanguini.

Total de paraules: 58

EXERCICI 8.**“EL CODI DE BARRES”**

Va ser introduït a Espanya el 1977 amb el nom d'E.A.N. (European Article Numbering o Numeració Europea d'Articles). Aquestes barres representen un mètode d'identificació codificat i el seu corresponent en nombres. La primera xifra representa el país (Espanya és el nombre 84), li segueixen cinc xifres, que corresponen al propietari i la marca, i les sis restants, al codi del producte, essent el darrer dígit el nombre de control. Aquest complex sistema de codificació de línies clares i fosques pot ser interpretat ràpidament per un lector làser, que revela tota la informació sobre l'origen, naturalesa, tipus i preu del producte.

Total de paraules: 100

EXERCICI 9.**“L'OM”**

L'om és un arbre d'àmplia copa i branques robustes que pot fer fins a 20 metres d'altura. El tronc és gruixut i dret amb escorça de color gris, llisa quan són joves i molt esquerpada en la maduresa. Les seves fulles són caduques.

Per viure prefereix l'om els sòls frescs i profunds a prop de les riberes dels rius.

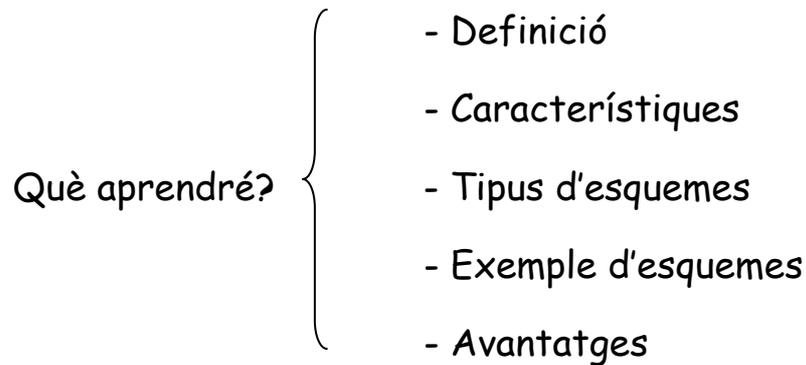
Quasi totes les parts de l'om han estat usades des de l'antiguitat. Les fulles són útils com farratge pel bestiar pel seu elevat contingut en proteïnes. La fusta és dura i flexible i molt resistent a l'aigua, per la qual cosa s'empra per fer vaixells, pals en mines i pous en la fabricació de tarimes. En l'actualitat el principal ús de l'om és la jardineria. Són arbres que necessiten molt espai per créixer.

Total de paraules: 132



FITXA 5. L'ESQUEMA

5.1 TEORIA



5.1.1. L'ESQUEMA

○ DEFINICIÓ

Un esquema és la **distribució lògica** de les **idees principals i secundàries** d'un text, de manera que visualment ofereixi una ràpida idea del seu contingut.

Normes per realitzar els esquemes

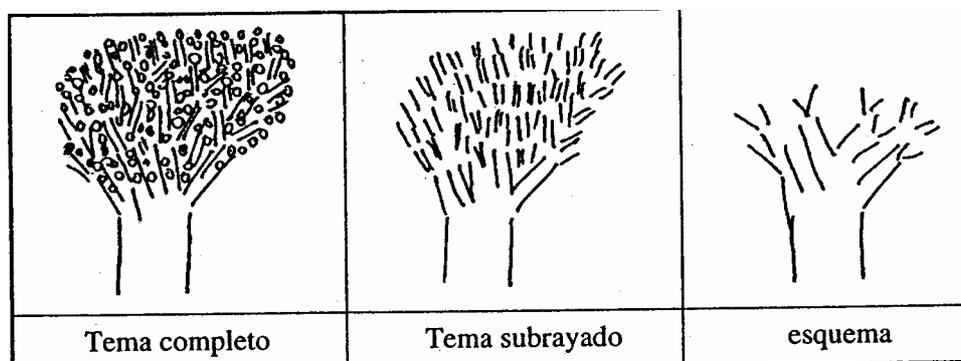
1. **Plectura** per fer-te una idea general del contingut del text.
2. Segona lectura, on **subratlles** les **idees principals i secundàries**, paraules clau, frases curtes, de forma precisa i breu
3. Elaboració de l'**esquema**.

**ELS ESQUEMES BEN CONSTRUÏTS
SÓN UN MATERIAL DE REPÀS MOLT EFICAÇ.**

○ CARACTERÍSTIQUES DE L'ESQUEMA

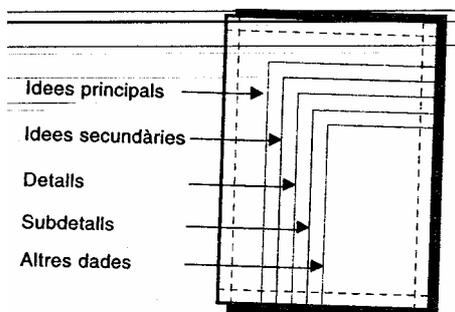
- ✓ L'esquema s'escriu tot seguit i hem d'intentar que ocupi el menor espai possible.
- ✓ No existeixen nexes d'unió sinó, en ocasions, fletxes.
- ✓ No s'han d'escriure paraules sense contingut propi.

L'esquema es pareix a un arbre del que surten varies branques. El tronc de l'arbre representa el tema. Del tronc surten varies branques, que són les idees bàsiques. D'aquestes branques en surten altres: són les idees secundàries, però que estan relacionades amb les principals.



○ TIPUS D'ESQUEMES (exercici 1 pàg.67 i exercici 3 pàg.71)

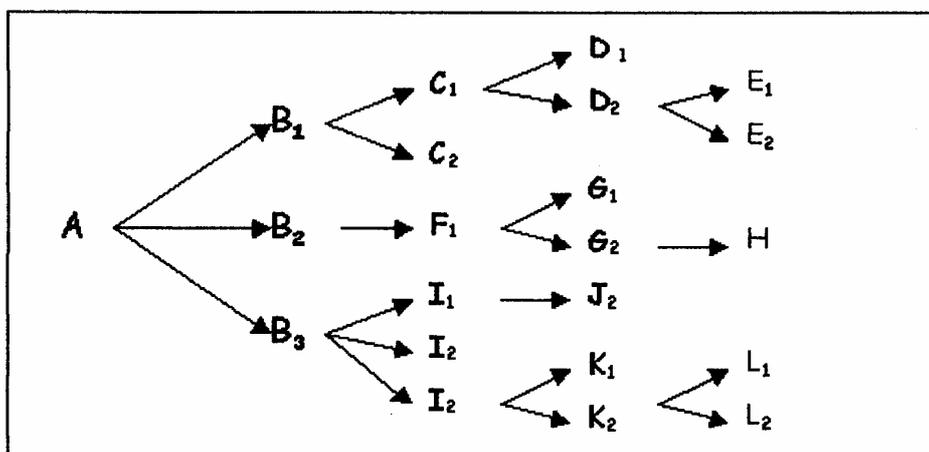
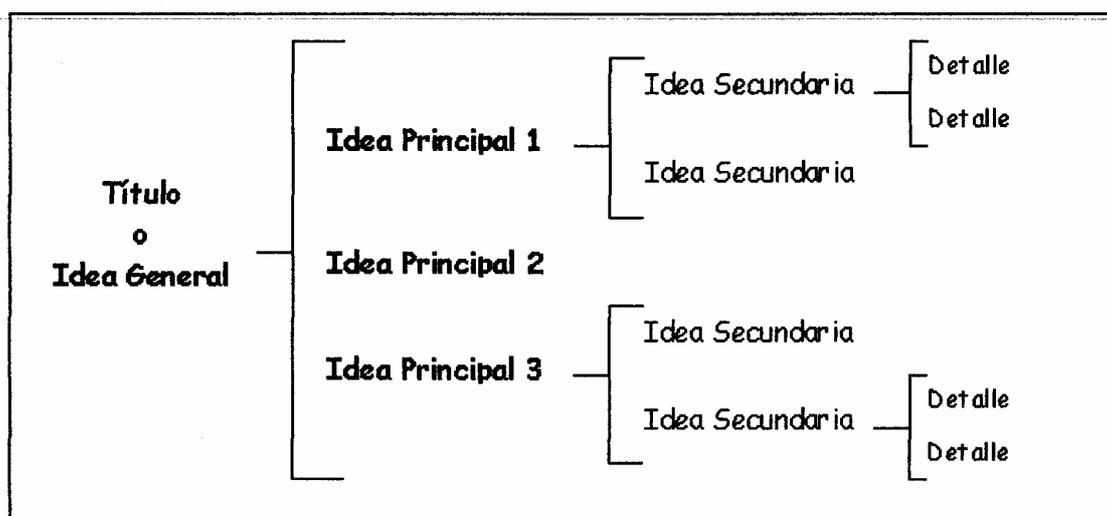
- ✓ La idea principal es posa al principi de l'apartat i subordinades posem les idees secundàries.
- ✓ L'esquema ha de ser breu i tenir una distribució clara.
- ✓ Quantes menys paraules millor, però no ha de faltar informació fonamental.



S'ha d'ordenar l'estructura de l'esquema mitjançant nombres i lletres. **Exemples:**

Model de nombres	Model de lletres
IDEA GENERAL	IDEA GENERAL
<p>1. Idea principal</p> <p>1.1. Idea secundària</p> <p>1.1.1. Detall</p> <p>1.1.2. Detall</p> <p>1.2. Idea secundària</p> <p>1.2.1. Detall</p> <p>1.2.2. Detall</p> <p>2. Idea principal</p> <p>2.1. Idea secundària</p> <p>2.1.1. Detall</p> <p>2.1.1.1. Subdetall</p> <p>2.1.1.2. Subdetall</p> <p>2.1.2. Detall</p>	<p>A. Idea principal</p> <p>A.a. Idea secundària</p> <p>A.a.a. Detall</p> <p>A.a.b. Detall</p> <p>A.b. Idea secundària</p> <p>A.b.a. Detall</p> <p>A.b.b. Detall</p> <p>B. Idea principal</p> <p>B.a. Idea secundària</p> <p>B.a.a. Detall</p> <p>B.a.a.a. Subdetall</p> <p>B.a.a.b. Subdetall</p> <p>B.a.b. Detall</p>

Més models:



○ **AVANTATGES DE L'ESQUEMA**

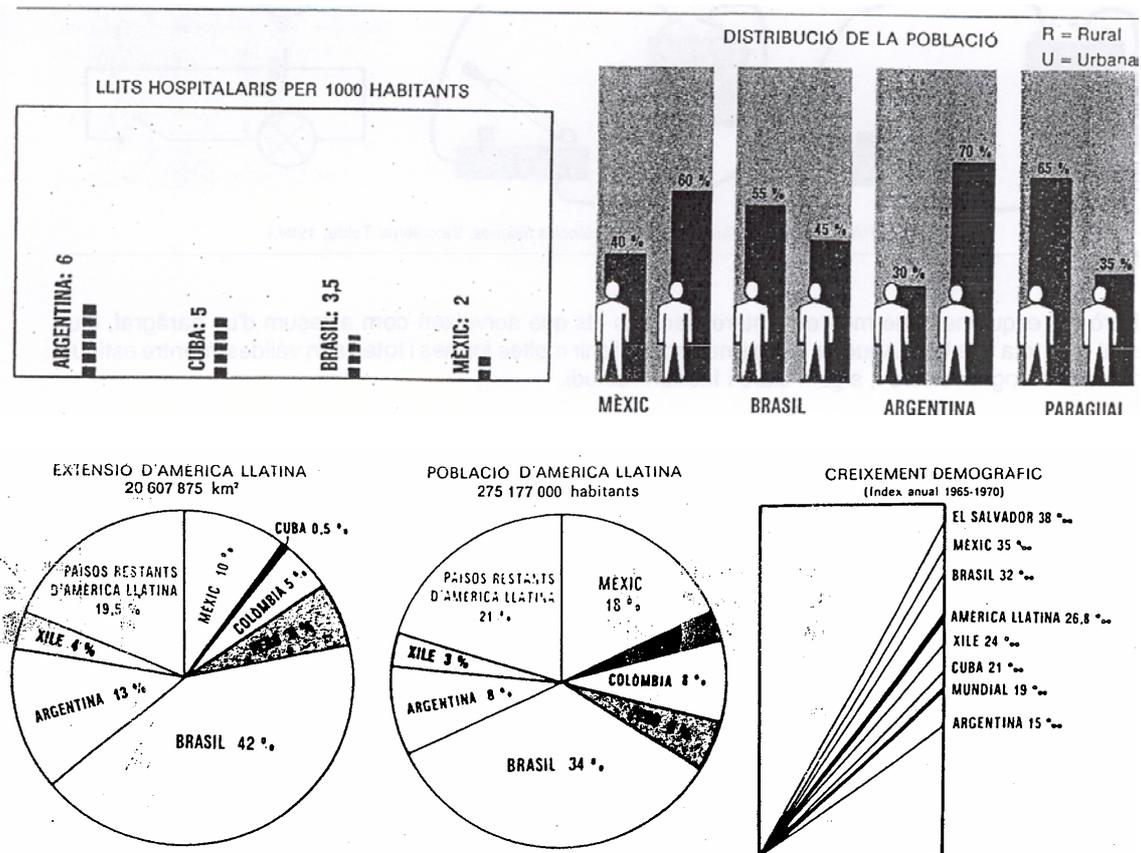
- ✓ Fa que la feina sigui més dinàmica i interessant.
- ✓ Augmenta l'atenció i la concentració.
- ✓ Incrementa la comprensió del text.
- ✓ Desenvolupa la capacitat d'anàlisi i síntesi.
- ✓ Dóna l'oportunitat de captar, amb un sol cop de vista, gràficament, l'estructura d'un tema.
- ✓ Estalvia hores d'esforç en els moments de repàs i memorització.

Els esquemes són uns gràfics que, sovint, utilitzen paraules i són molt útils com a resums organitzats d'un text.

D'esquemes, n'hi ha de moltes menes i són molt pràctics com a eines per a les explicacions dels professors i també per a la memorització dels alumnes.

Hi ha uns esquemes o gràfics que s'utilitzen com a complement d'una explicació. Sovint repeteixen el que s'explica.

Altres esquemes són més complicats de llegir. Per exemple:

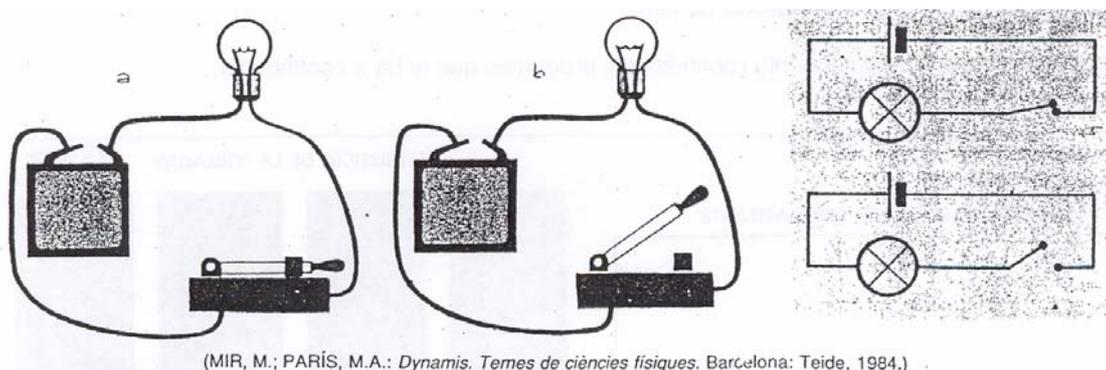


(Vergés, O.: *El món d'avui. Temes de geografia i d'història*. Barcelona: Teide, 1978.)

Però els esquemes que més ens interessin són els que serveixen com a resum d'un paràgraf, d'un apartat o de tota una lliçó. Aquests esquemes poden tenir moltes formes i totes són vàlides, mentre estiguin ben fets –no tinguin errors –, siguin clars i facilitin l'estudi.

Altres gràfics estan relacionats molt directament amb el fenomen que volen explicar i són com una simplificació del seu dibuix.

A continuació tens un exemple, aquest esquema respon al dibuix d'un circuit elèctric:



5.2 PRÀCTICA

EXERCICI 1. Llegeix aquest text, fes un subratllat i l'esquema.

Els cantars de gesta

Els pobles germànics conservaven històries i notícies dels seus avantpassats a través de cantars guerrers que recordaven les seves proeses.

Quan aquests pobles es van assentar de forma definitiva en les províncies del vençut Imperi Romà d'Occident van conservar aquests cants i van compondre altres nous amb els successos recents, donant lloc així als Cantars de Gesta.

La difusió d'aquests cants corria a càrrec dels joglars, artistes vagabunds en incessant pelegrinatge per pobles i castells carregats de notícies i relats. Els joglars es convertien en espectacle i informació.

La seva temàtica acostumava a referir-se als fets dels seus herois populars i a les grans empreses guerreres com les que estaven duent a terme per la Reconquesta. D'aquí que se'ls doni el nom de poesia heroica.

Els cantars de gesta són obres anònimes, ja que cada joglar posava, treia o modificava versos, per la qual cosa els cantars que avui conservem no són obres d'un sol autor sinó de tots els joglars que varen retocar el cantar.

Conforme la distància temporal del fet o aconteixement era major, els joglars es sentien més lliures i modificaven no ja versos sinó situacions senceres, atorgant un caràcter fantàstic o fictici a la seva narració.

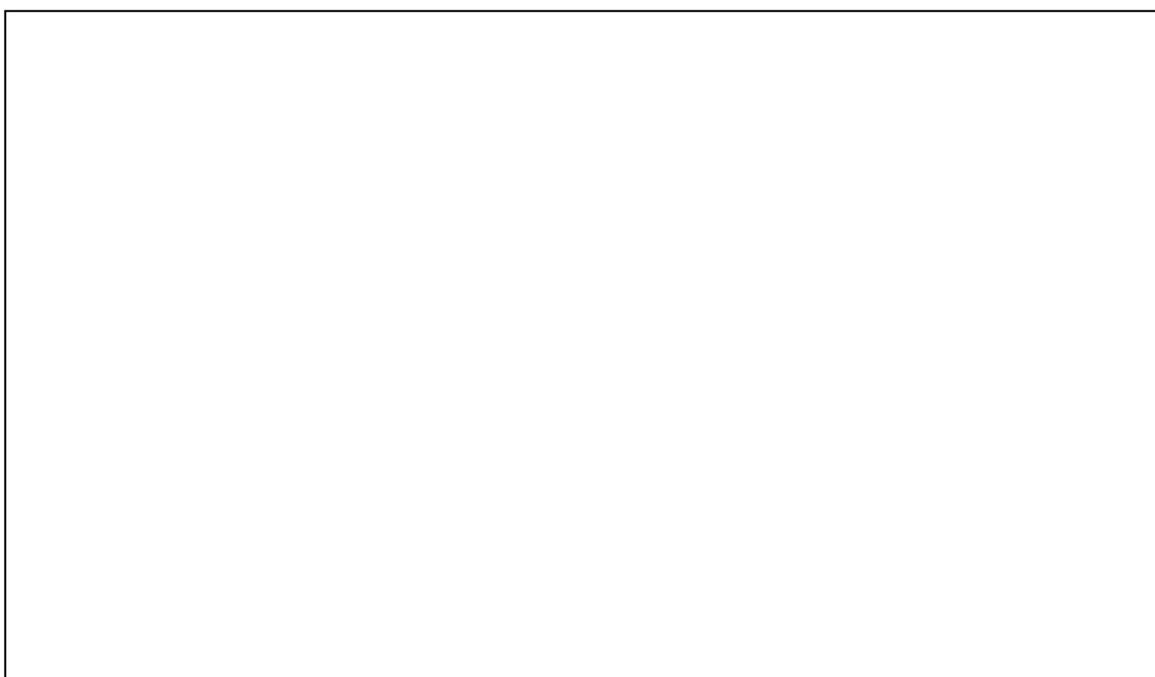
Una vegada morts els personatges del cantar i els seus contemporanis, només es conservava un lleuger record del fet. El joglar delitava als oients fent que l'heroi realitzés fets sobrehumans i meravellosos.

Els Cantars francesos varen sofrir una progressiva deformació dels fets històrics, ja que varen introduir prodigis i forces que anaven més enllà de lo humà.

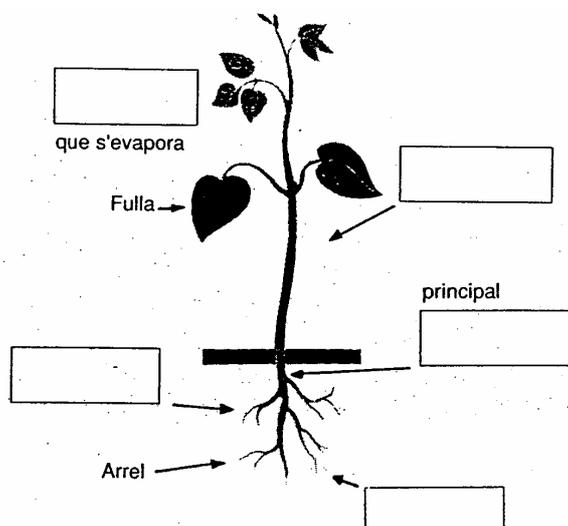
Un exemple clar d'això és "La Cançó de Roldan". El succés va ocórrer en el segle VIII mentre que el poema es va compondre en el segle XI, i els fets narrats són diferents a com van ocórrer en la realitat.

En Espanya els Cantars van ser escrits en general al poc temps d'ocórrer els fets. El record dels fets reals es mantenia en la ment de la gent, per la qual cosa el seu caràcter fictici va ser molt menor que en l'èpica francesa.

Ara fes l'esquema del text que has llegit:



EXERCICI 2. Completa les paraules que falten a l'esquema amb la informació que et dóna el mateix llibre.



L'arrel absorbeix l'aigua amb els minerals que porta dissolts. Aquesta dissolució, un cop dins de la planta, s'anomena saba bruta i puja del tronc fins arribar a les fulles, d'on surt l'aigua que s'evapora.

(MIR, M.; PARÍS, M.A.: *Energia. Temes de ciències naturals i físiques*. Barcelona: Teide, 1984.)

EXERCICI 3. Aquí hi ha un exemple de com d'un mateix text poden sortir diverses formes de esquema. Com pots veure, de vegades manquen elements, completa-la tu.

Tipus de conreus

Des del punt de vista de l'aigua, en agricultura es distingeixen dos grans tipus de conreus:

- a) conreus de secà, que es donen als llocs on l'aigua no és molt abundant i no hi ha la necessària per regar.
- b) conreus de regadiu, que són propis de zones que es poden regar sense dificultat, gràcies a canals i sèquies.

Pertanyen al primer tipus el cep, l'olivera, el blat, l'ametller: al segon, tots els conreus de l'horta, l'alfals, el blat de moro, l'arròs, etc.

(MIR, M. I PARÍS, M.A.: *Energia. Temes de ciències naturals i físiques*. Barcelona: Teide, 1984)

A

Tipus de conreus	Aigua	Exemples (no és necessari posar-los)
<input type="text"/>	Escassa	Cep, olivera, blat...
De regadiu	<input type="text"/>	Arròs, alfals, blat de moro...

B

Tipus de conreus	a) Conreus de secà:	<input type="text"/>
	b) Conreus de regadiu: aigua abundosa	

C

1.

1.1. Conreus de secà: tenen poca aigua. Per exemple: el cep i l'olivera.

1.2. Conreus de regadiu:

Per exemple: l'arròs i l'alfals

Ja veus que no és difícil fer un esquema. Un cop has après a subratllar i posar les paraules al marge, és relativament fàcil de fer-los.

EXERCICI 4. Ara llegiràs un text i després de fer el SUBRATLLAT hauràs de COMPLETAR L'ESQUEMA que, utilitzant les claus, podria ser-ne el resum.

Abans, però, serà bo que et fixis en aquests consells:

PER FER UN ESQUEMA CAL:

- Que hagi entès bé el text
- Que hagi seleccionat les idees centrals.
- Que hagi escrit les paraules claus.
- Que hagi relacionat les idees.
- Que escrigui el mínim nombre de paraules.
- Que triï un sistema d'esquematització.
- Que sigui clar i entenedor.

CONTINENT D'ECONOMIES INDUSTRIALS

1. Europa és un continent de països petits

Tots els països del continent europeu són de petites dimensions. El més extens, França, sol té mig milió de km² i és quasi vint vegades més petit que els grans països del món com el Canadà o la Xina.

Tampoc no trobem a Europa països que tinguin gaires centenars de milions d'habitants. El país més poblat d'Europa, la república Federal Alemanya, sols en té 61 milions i és molt lluny de països com la Xina, l'Índia o l'URSS. Això no obstant, Europa, amb 64 habitants per km² és el continent més densament poblat.

2. Són països industrials, de rendes altes

Gairebé tots els països europeus són industrials. La base econòmica d'Europa és la indústria i els serveis. En l'agricultura, hi treballa menys de la dècima part de la població activa. Per això les rendes d'aquestes poblacions són altes. Són els països desenvolupats.

Com que la indústria es localitza a les ciutats, més de les dues terceres parts dels europeus hi viuen; són poblacions urbanes. És, per tant, una població rica, d'alt poder adquisitiu, que té una bona alimentació, uns serveis de qualitat (sanitat, educació) i que consumeix i usa molts béns, com automòbils, televisió, etc.

Tanmateix, i per haver estat els primers països a industrialitzar-se, moltes de les seves fàbriques i transports s'han envellit, sobretot comparats amb els d'altres grans potències.

3. La població europea creix lentament

La població dels països europeus creix molt lentament i fins i tot retrocedeix en alguns països com Alemanya i Àustria. Això es deu al fet que aquests països han estat els primers a reduir la natalitat i la mortalitat. En l'actualitat, els europeus tenen la natalitat més baixa del món amb taxes inferiors al 15 per mil. La mortalitat també és baixa, encara que no massa, i es manté al voltant del 12 per mil. La conseqüència és un creixement feble de la població europea.

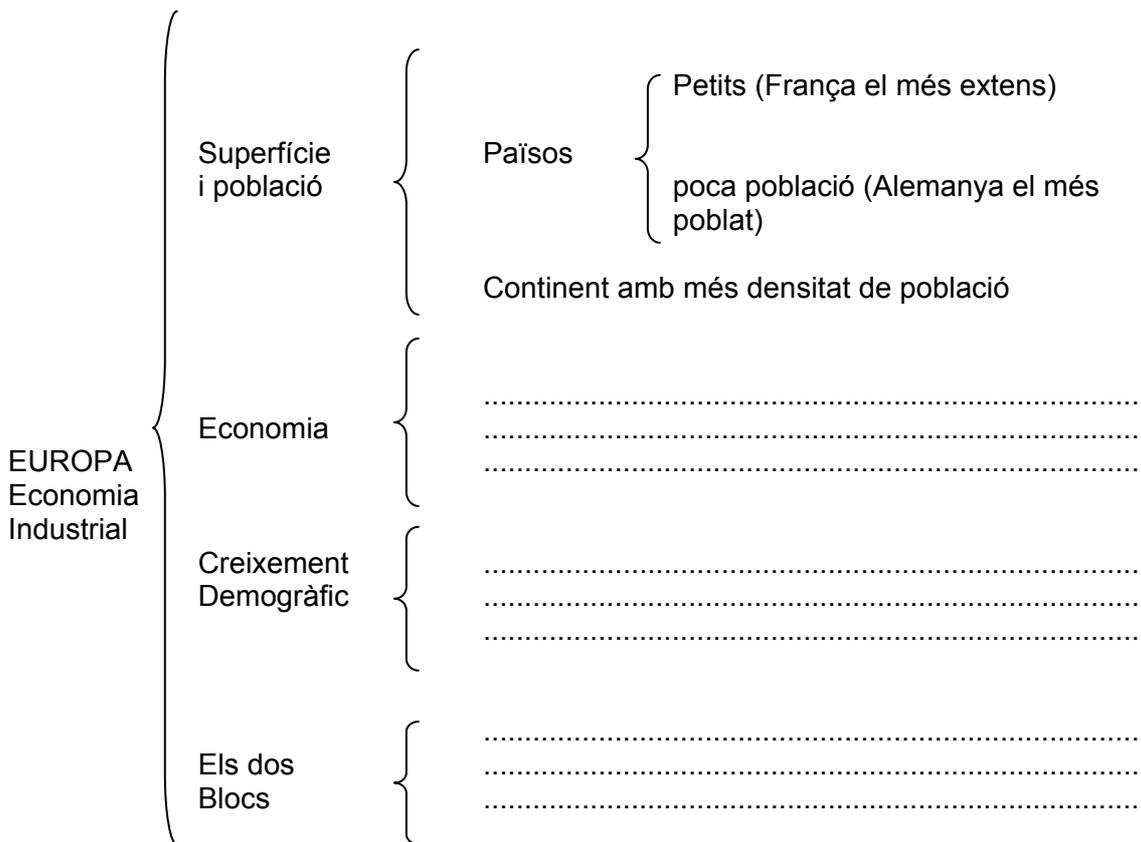
També és característic dels països europeus tenir una població envellida amb pocs joves i amb molts ancians.

4. Europa es troba dividida en dos grans blocs

En acabar la Segona Guerra Mundial, Europa restà dividida en dos blocs. L'Europa Occidental, de països industrials d'economia capitalista, i l'Europa Oriental, de països industrials d'economia socialista. En ambdós grups han sorgit organitzacions amb el fi de complementar les economies dels països de cada bloc: la Comunitat Econòmica Europea (CEE) a l'Europa Occidental, i el COMECON socialista, a l'Europa Oriental.

EQUIP AULA-3: *Volta. Ciències Socials. 7è d'EGB.* Madrid: Anaya, 1984

Ara, omple l'esquema:



Si vols, pots subratllar amb colors diferents cada una de les paraules clau, t'ajudarà a memoritzar el text.

EXERCICI 5. Ara que has vist com es pot fer no et costarà gens realitzar tu sol el procés de l'esquema del text que tens a continuació. Ara copiaràs l'esquema anterior però utilitzant un altre sistema.

1. Europa: Economia Industrial

1.1.....

1.1.a) Països:

.....
.....

1.1.b) Continent:.....

EXERCICI 6. Llegeix el següent text i fes un ESQUEMA del mateix.

LA CÈL·LULA

L'any 1665, L'anglès Robert Hooke, observant mitjançant el microscopi una làmina de suro va veure que estava formada per petites cavitats polièdriques que va anomenar cèl·lules, encara que no és fins els anys 1838-1839 quan el botànic Schleidan i el zoòleg Schwman estableixen la teoria cel·lular dels éssers vius.

Les cèl·lules són les unitats anatòmiques i funcionals dels éssers vius, constitueixen el cos de tots els organismes tant vegetals com animals, i a més són les formes més elementals de vida, de tal manera que un nivell inferior no és considerat una unitat vital.

La forma de les cèl·lules és molt variable i és complicat donar una idea general d'elles. La més primitiva és l'esferoïdal, que pot apreciar-se en les cèl·lules ou i en moltes lliures com els glòbuls sanguinis. Però en la major part de les cèl·lules les formes són molt variades degut a les pressions que s'exerceixen entre elles segons l'adaptació a la funció que han d'exercir. Hi ha cèl·lules amb forma polièdrica (cèl·lules epitelials dels animals i vegetals), fibroses (musculars) i estrellades (nervioses i del teixit ossi).

El tamany de les cèl·lules varia també bastant encara que en general solen ser microscòpiques.

La cèl·lula es pot dividir en tres parts pel seu estudi: membrana, citoplasma i nucli.

La membrana és una primíssima capa que envolta la cèl·lula i la posa en contacte amb l'exterior. A través d'ella es realitza l'entrada i sortida de totes les substàncies que es transformen en metabolisme.

El citoplasma és tota la part de la cèl·lula que es troba en l'interior de la membrana exceptuant el nucli. No és una zona homogènia, ja que en ella es troben els òrgans de la cèl·lula que s'anomenen orgànuls. Aquests són: el reticle endoplasmàtic, els ribosomes, les mitocondries, els dictiosomes i els lisosomes.

El nucli és una de les parts més importants de la cèl·lula, ja que és on es produeixen les ordres per l'elaboració de les proteïnes en els ribosomes. Està format per uns llarguíssims filaments d'àcid desoxiribonucleic (ADN) anomenats cromosomes i d'unes proteïnes anomenades histones.

Esquema:



FITXA 6 ELS MAPES CONCEPTUALS I RESUM

6.1 TEORIA

Què aprendré proposicions.

Característiques
 Avantatges i inconvenients
 Conceptes, paraules d'enllaç i
 Com es realitza?
 Exemples

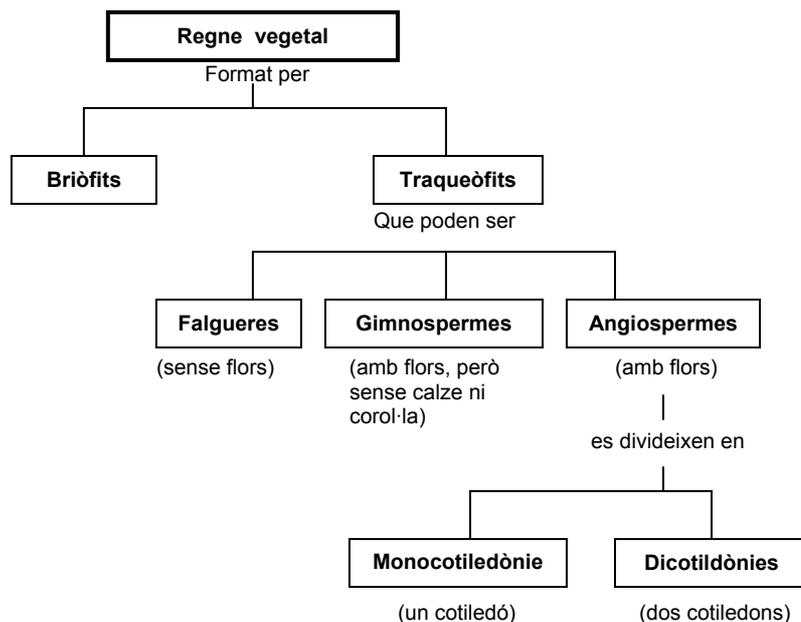
6.1.1. ELS MAPES CONCEPTUALS

- **CARACTERÍSTIQUES DELS MAPES CONCEPTUALS(exercici 1 pàg.85)**

Un mapa conceptual és un *recurs esquemàtic per representar un conjunt de significats conceptuals inclosos en una estructura de proposicions.*

En els mapes conceptuals, els conceptes rellevants (les idees principals) es situen de forma lògica, i això facilita l'atenció i el record.

Exemple: *Classificació del regne vegetal.*



El mapa conceptual serveix per representar gràficament conceptes enllaçats.

Els conceptes es posen dins de quadres o cercles.

La relació entre les idees que s'inclouen en els quadres o cercles s'expressa amb paraules que acompanyen a les fletxes.

Els termes més generals es situen en la part superior i els més específics es col·loquen en la part inferior. És a dir, es tracta d'un sistema jeràrquic.

EL MAPA CONCEPTUAL RECORDA A UN MAPA DE CARRETERES,
PERQUÈ PERMET ANAR D'UN CONCEPTE A UN ALTRE
A TRAVÉS DE LES DIFERENTS PROPOSICIONS QUE UNEIXEN ELS SIGNIFICATS.

- **CONCEPTES, PARAULES D'ENLLAÇ I PROPOSICIONS (exercici 3 pàg. 87)**

Anomenem conceptes a les imatges mentals que tenim de les paraules. Aquestes imatges poden ser tant d'objectes o coses com d'aconteixements.

Llegeix el següent llistat de paraules:

Llapis	botar
Cavall	menjar
Nin	planxar
Televisor	festa fi de curs

Com hauràs vist, la columna esquerra es refereix a coses i la dreta a aconteixements. Ara tanca els ulls i imagina cada una d'aquestes paraules, són els conceptes.

Quan parlem o escrivim també utilitzem altres paraules, com per exemple: és, quan, i, ja, així... Aquestes paraules no són termes conceptuals, sinó **paraules d'enllaç**. Les paraules d'enllaç les utilitzem juntament amb els conceptes per construir frases amb significat.

Pel que fa a les **proposicions**, són unitats amb significat formades per dos o més conceptes units per paraules.

○ **COM ES REALITZA UN MAPA CONCEPTUAL (exercici 4 i 5 pàg. 87)**

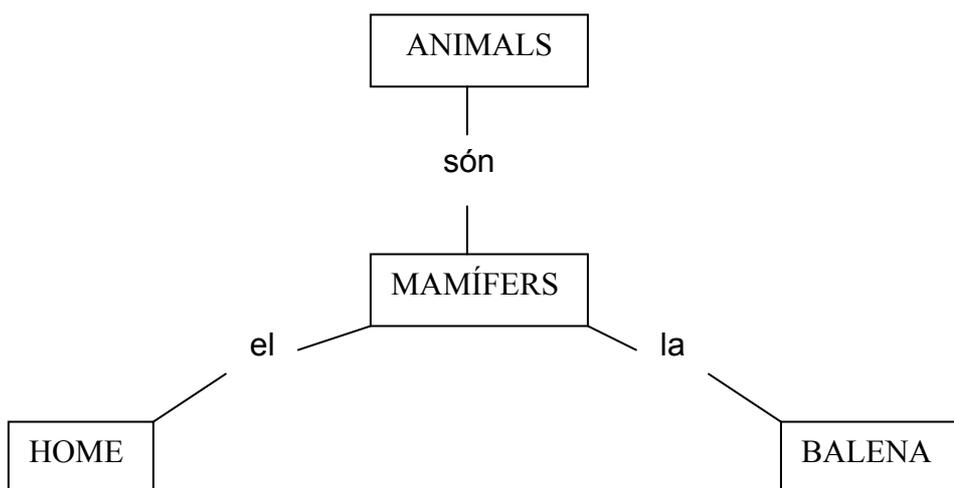
Llegeix el següent text:

“L’home i la balena són animals mamífers”

Jerarquitzant els conceptes que apareixen en la frase, els ordenaríem de la següent forma:

1. Animals
2. Mamífers
3. Home-balena

En un mapa conceptual ens quedaria així:



○ **AVANTATGES I INCONVENIENTS DELS MAPES CONCEPTUALS**

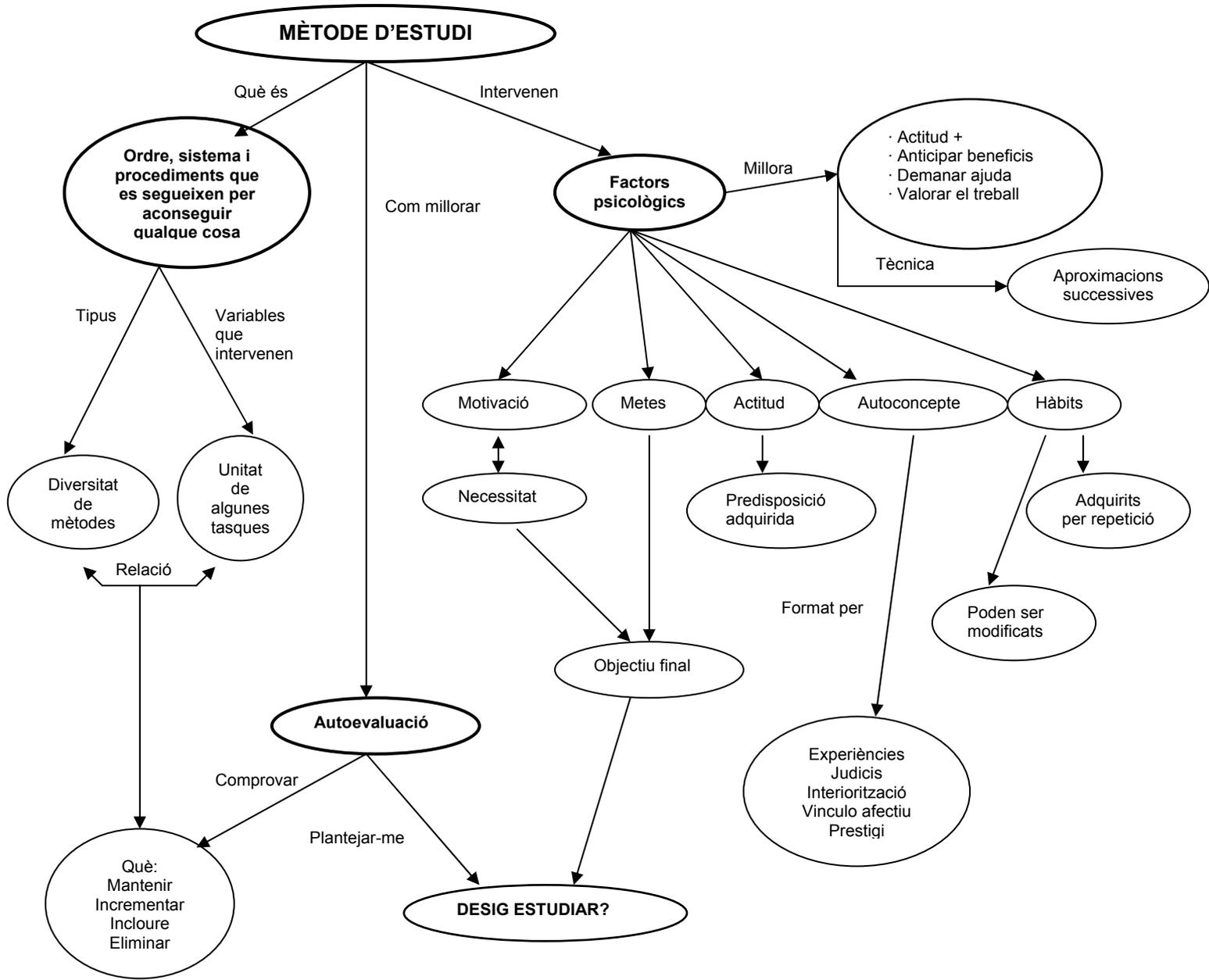
○ **Avantatges**

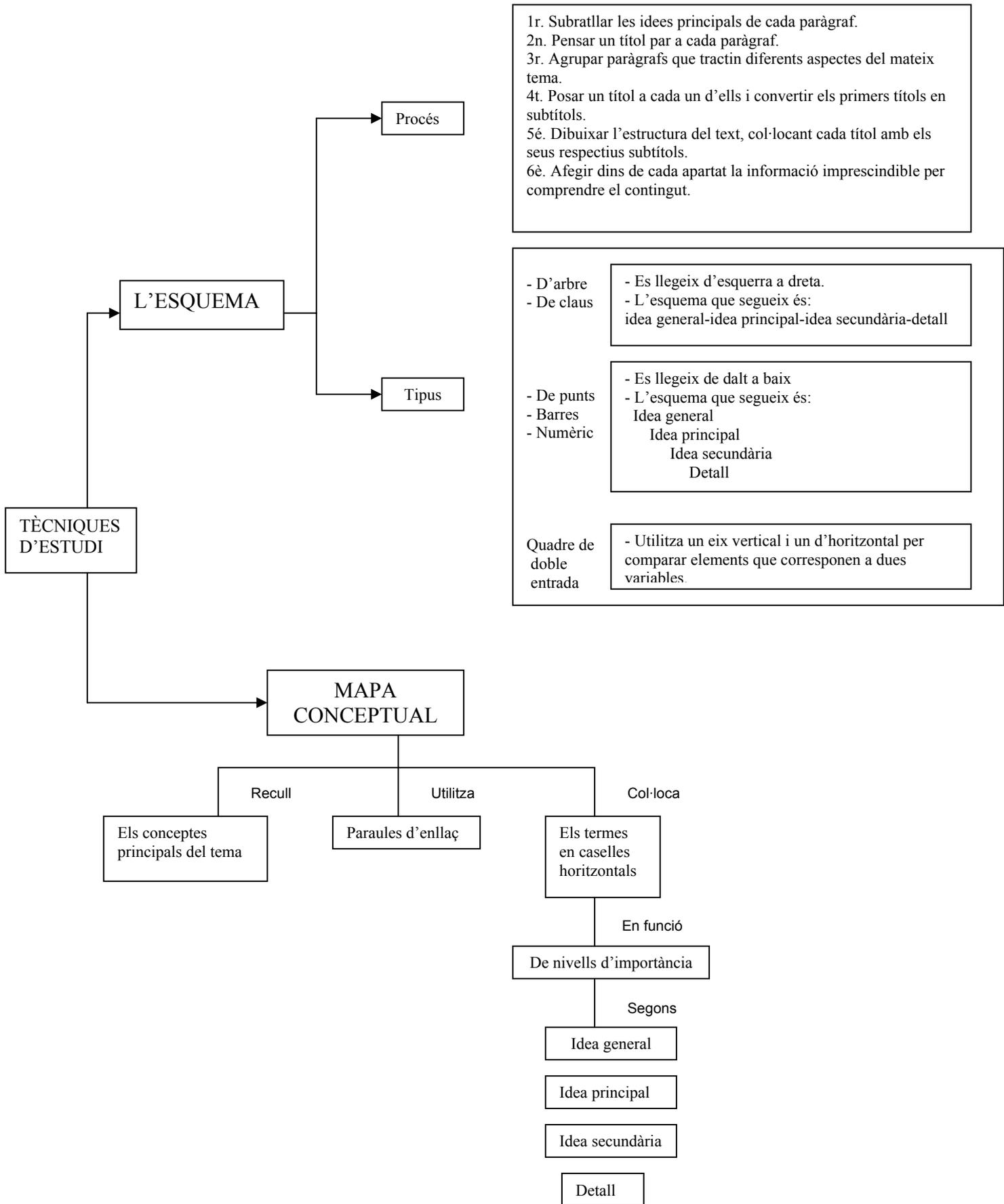
- ✓ Permet establir relacions entre tots els conceptes.
- ✓ Donat que has d'escriure la connexió que existeix entre un concepte i un altre, ajuda a saber si realment entens la matèria.

○ **Inconvenients**

- × Establir massa enllaços entre els conceptes pot convertir en mapa conceptual en un embolic.

○ EXEMPLES DE MAPES CONCEPTUALS





1r. Subratllar les idees principals de cada paràgraf.
 2n. Pensar un títol par a cada paràgraf.
 3r. Agrupar paràgrafs que tractin diferents aspectes del mateix tema.
 4t. Posar un títol a cada un d'ells i convertir els primers títols en subtítols.
 5é. Dibuixar l'estructura del text, col·locant cada títol amb els seus respectius subtítols.
 6è. Afegir dins de cada apartat la informació imprescindible per comprendre el contingut.

- D'arbre
- De claus

- Es llegeix d'esquerra a dreta.
- L'esquema que segueix és:
idea general-idea principal-idea secundària-detall

- De punts
- Barres
- Numèric

- Es llegeix de dalt a baix
- L'esquema que segueix és:
Idea general
Idea principal
Idea secundària
Detall

Quadre de doble entrada

- Utilitza un eix vertical i un d'horitzontal per comparar elements que corresponen a dues variables.

○ COM MILLORAR LA SÍNTESI DE TEXTS

Ara ja coneixes els sistemes més habituals per sintetitzar texts (resum, esquema i mapa conceptual). A mesura que els vagis fent servir, et sortiran millor.

 No has d'oblidar:

- Una bona síntesi procedeix d'un bon anàlisi.
- La importància de les idees ha de quedar ben clara a través de diferents tipus de lletra, marges o subratllat.
- L'objectiu és memoritzar la síntesi, Per això, han d'aparèixer tots els conceptes que s'han d'aprendre.
- L'elaboració de la síntesi duu temps, però facilita la memorització (que es produeix de forma més ràpida i els continguts es recorden durant més temps).

Equivocacions més freqüents:

- × Realitzar l'esquema sense analitzar abans la matèria. Per intentar "guanyar temps" hi ha persones que es boten passes. Això provoca una selecció dolenta de dades i una deficient relació entre elles. Tot això fa que se perdi més temps que si s'hagués fet bé des del principi.
- × Perdre idees quan passem del llibre a l'esquema.
- × Deixar la síntesi en fulls de diferent tamany. Pensa que la concentració en l'estudi és més fàcil si el material que utilitzem presenta sempre les mateixes característiques.

○ RECORDA!!

- Un mapa conceptual és un recurs esquemàtic.
- Es centra en les idees importants.
- Pretén representar relacions significatives entre conceptes.
- Proporcionar un resum esquemàtic d'allò après.
- S'elabora jeràrquicament: els conceptes més generals es situen en la part superior i els més específics en la inferior.
- Ajuda a l'alumne a veure més clar els conceptes que ha d'aprendre.
- Els conceptes es poden referir tant a objectes com a aconteixements.
- Paraules d'enllaç són les que fem servir juntament amb els conceptes per construir les frases.

6.1.2 EL RESUM

○ QUÈ ÉS EL RESUM?

El resum és una de les activitats més importants i clau dins de l'estudi.

Resumir és redactar allò fonamental d'un text de la forma més breu i clara possibles, incloent idees principals i/o secundàries del mateix, sempre amb les teves pròpies paraules, però sense canviar el sentit original del text.

Dit d'una altra forma, resumir un text és **explicar de forma breu i amb les nostres paraules** el contingut d'aquest text.

UN BON RESUM DEPÈN MOLT DE LA COMPRESIÓ DEL TEXT

I DE LES VEGADES QUE L'HAGIS LLEGIT.

○ COM ES FA?

1 Fes una **lectura inicial** i posteriorment una **lectura comprensiva** del text, assegurant que has entès tot perfectament.

2. **Subratlla les idees principals i secundàries** i aspectes importants de l'escrit.

3. Elabora un **resum** amb les **teves pròpies paraules**.

4. Quan hagis escrit el resum, **llegeix-lo tantes vegades com faci falta i fes-hi les correccions** necessàries.

5. Finalment comprova que totes les idees estiguin relacionades de manera que formin un **bloc coherent i representatiu** d'allò que ha estat resumit.

○ CARACTERÍSTIQUES DEL RESUM (exercicis 1 i 2 pàg. 88)

✓ El resum ha de ser **personal**, propi.

✓ Les **idees** s'han de **desenvolupar**, no només apuntar.

✓ Ha de ser **breu, clar**, que s'entengui perfectament i que et doni una idea general però àmplia del text.

L'HOME QUE ES DEDICA
AL SEU TREBALL,
SI ÉS UN GENI
SE CONVERTIRÀ
EN UN HOME PRODIGIÓS,
SI NO HO ÉS,
LA SEVA APLICACIÓ
A LA SEVA FEINA
L'ELEVARÀ PER DAMUNT
DE LA MITJANA.

○ **AVANTATGES DEL RESUM**

- ✓ T'ajudarà a desenvolupar la teva capacitat d'expressar-te per escrit.
- ✓ Augmentarà la teva capacitat d'atenció i concentració.
- ✓ Te facilitarà molt el repàs del que estàs estudiant.
- ✓ Facilita la comprensió del que estàs llegint.

○ **EL RESUM INTUÏTIU (exercici 1 i 2 pàg. 91)**

Hem arribat al final del trajecte i ara cal que posis en marxa tot el que has après al llarg d'aquestes pàgines: llegir, subratllar, fer esquemes i resumir.

Sí, també has après a resumir perquè en moltes de les activitats anteriors ja has hagut de fer resums, encara que no n'hagis escrits molts. De fet, llegeixes perquè resumeixes. Ara mateix entens aquestes paraules perquè en vas fent un **resum**.

Aquest resum més intuïtiu és el primer que hem de tenir en compte, perquè és el que ajuda a fer la lectura, el subratllat i els esquemes, i és la base del resum més formal que ara t'explicarem.

6.2 PRÀCTICA

MAPES CONCEPTUALS

EXERCICI 1. Respon les següents preguntes:

1. Què és un mapa conceptual?

.....
.....
.....
.....

2. Quin és l'objectiu del mapa conceptual?

.....
.....
.....
.....

3. Què vol dir jeràrquic?

.....
.....
.....
.....

EXERCICI 2. LLEGEIX I SUBRATLLA els conceptes més importants:

LA FLOR

La flor és l'òrgan reproductor de les plantes fanerògames, però no totes les flors són iguals. En algunes flors, només es troben els òrgans reproductors de gàmetes d'un sexe. Són flors unisexuals masculines o femenines, segons el tipus de gàmetes que formen, en altres es troben junts els òrgans reproductors masculins i femenins, s'anomenen hermafrodites, i són les que veiem més freqüentment.

En les hermafrodites la flor apareix al final d'una tija que s'anomena peduncle floral. Seguint aquesta tija cap a dalt, lo primer que apareix són unes fulletes,

generalment verdes, són els sèpals. Tots els sèpals junts tenen forma de copa, i per això al conjunt se'l coneix amb el nom de calze.

Continuem avançant i trobem unes fulles pintades, es tracta dels pètals. Tots els pètals junts constitueixen la corol·la, generalment la part més vistosa i cridanera de totes les flors.

La part masculina s'anomena androceu i està formada pels estams, en les anteres del qual es troben la multitud de grans de pol·len. Pel que fa a la part femenina, s'anomena gineceu i està constituïda per una o més fulles que se modifiquen i prenen forma de botella, són els carpels, en es troba l'ovari. En l'interior de l'ovari es troben els òvuls.

- Basant-te en els conceptes subratllats, REALITZA EL MAPA CONCEPTUAL DE LA FLOR

EXERCICI 3. Identifica i agrupa els noms d'objectes, d'aconteixements i les paraules d'enllaç: lupa, és, plora, canta, plou, casa, ca, cel, cuinar, està, té, estudiar, clau, elefant, quasi, com, llegeix, sabata, xoriço, ensopegar, ets, en, quan, carnaval, mapa, bústia, i, casament, riu.

NOMS D'OBJECTE	NOMS D'ACONTEIXEMENTS	PARAULES D'ENLLAC
Lupa	plora	és

EXERCICI 4. Ordena de la més general a la més específica el següent grup de paraules: cos, home, boca, nas, tronc, extremitats, orelles, braços, cap, cames.

Explica l'ordre:

.....
.....
.....
.....

EXERCICI 5. Utilitzant els termes conceptuals de l'exercici anterior elabora el teu primer mapa conceptual. Cerca les paraules d'enllaç adequades.

EL RESUM

EXERCICI 1. Llegeix el següent text i fes un RESUM del mateix.

FRANÇA: GIR INEVITABLE MAL EXPLICAT

El gran èxit de la convocatòria de vaga en el sector públic que ahir va paraitzar la vida francesa assenyala les importants resistències amb que s'està trobant el president Jacques Chirac i el primer ministre Alain Juppé per portar a terme la reforma de la Seguretat Social i de les pensions. D'una banda, el cas de França marca un gir inevitable de les polítiques d'inversió pública que, tard o d'hora, es generalitzaran en tot el territori de la Unió europea, fins i tot al marge del signe ideològic dels governs concrets a cada Estat membre. De l'altra, la reacció popular contra la forma d'aplicació d'aquestes noves mesures adverteix dels perills d'introduir-les sense una explicació adequada, i sense una línia de compensacions que apaivagui l'impacte damunt l'opinió pública.

La gairabé totalitat del moviment sindical va estar ahir darrere d'aquesta vaga, que va expressar no tan sols la preocupació per la reforma de la Seguretat Social, sinó que va servir per fer arribar al gabinet Juppé el malestar i la preocupació que han arrelat en àmplies capes urbanes. A aquest panorama s'hi ha d'afegir la sorollosa contestació estudiantil en contra del ministeri d'Educació i la seva intenció de retallar els recursos en aquest camp. El problema essencial dels projectes de Chirac està en el desafortunat estil de desenvolupar-los, més pròxim al gran gest imperatiu que a l'encaix que eviti el conflicte ràpid. Com de cara a l'exterior amb les proves nuclears a Mururoa, el centredreta de Chirac esta convençut del principi d'autoritat més que del principi de consens, de tal manera que la brusquedat manifesta acaba convertint-se en bandera habitual. Si el gabinet francès hagués prestat més atenció a una pedagogia més detallada i a una aplicació menys traumàtica de les reformes, potser s'hauria estalviat allau de protestes als carrers.

Amb tot, des del marc espanyol no es pot obviar que la tendència que el govern francès està forçant és la que marcarà una línia força indefugible en l'àrea europea occidental. Les pautes de transformació del concepte d'Estat de benestar més els condicionaments de la convergència europea contribueixen a definir un marc de possibilitats estret, on només l'estil de realitzar-les permetrà observar algunes diferències substancials. De moment, la finalitat del gir chiraquíà perilla per l'abrupta

EXERCICI 2. Llegeix el següent text i fes un RESUM del mateix.

MADE IN JAPAN

Un sistema productiu basat en la subcontractació

Un dels factors històrics essencials que explica els resultats econòmics japonesos es deu a l'estructura doble (aparent, almenys) de la seva indústria, herència de l'era Meiji: d'una banda, les grans empreses amb un alt potencial de capital, de forta productivitat, que ofereixen sous elevats als seus treballadors i la garantia d'una feina per a tota la vida; de l'altra, un tram de petites i mitjanes empreses (PIME) amb una alta intensitat de mà d'obra, on els salaris són baixos, els llocs de treball precaris i les condicions de treball generalment molt dures.

Aquests dos sectors no són autònoms, sinó al contrari: el segon depèn completament del primer que, essencialment, n'extreu la seva prosperitat _ i més encara la seva extraordinària capacitat de reacció davant dels canvis bruscos de la conjuntura _ utilitzant, per mitjà de la subcontractació, el treball relativament econòmic subministrat per les PIME. Així, des dels orígens, i contràriament a certs mites mantinguts a Europa, només una minoria de treballadors (del 20 al 30%) es beneficien dels avantatges del sistema de treball per a tota la vida i d'una remuneració per antiguitat.

Una successió de piràmides

El sistema de subcontractació, està extremament estructurat. Cada empresa té un lloc determinat i jerarquitzat. Més del 65% de les petites i mitjanes empreses (PIME) de la indústria manufacturera són subcontractistes, i s'arriba al 80% en algunes branques industrials. El subcontractista depèn, en un alt grau, del principal contractista: una mitjana del 60% de les indústries de béns d'equipaments i consum.

El contractista proporciona al subcontractista una assistència en el pla tecnològic, fins i tot financer, i en matèria de formació del personal. Aquestes relacions tan estretes s'estableixen generalment en relació amb la durada: més de la meitat de les PIME subsidiàries no han canviat mai de contractista.

Els artesans d'un mateix ofici estaven associats. Com ja deus saber, aquestes associacions s'anomenaven gremis i a través d'elles es procurava que a tots els tallers es treballés en unes condicions semblants i que no hi hagués competència.

Els propietaris del taller eren els mestres artesans, que havien rebut el permís del gremi per exercir la seva professió. Sota les seves ordres treballaven uns quants assalariats. Aquests darrers arribaven a ser molt nombrosos a les ciutats on la indústria es va desenvolupar molt. Els seus sous eren molt baixos i les seves condicions de vida molt dures.

(BORRAS,M. i altres: *Etnos. Ciències socials 7è d'EGB*. Barcelona: Barcanova, 1985)

.....

.....

.....

.....

EXERCICI 2. Ara fes el mateix amb aquest nou text:

- **TEXT B:**

Un matí d'hivern, fred i glacial, amb el cerç que bufava de valent i tallava l'alè, un pagès benestant anava cap a la vila, ben abrigat amb vestits de llana i una bona capa folrada de pell. Pel camí va trobar un carboneret que baixava de la muntanya i que també feia cap a la vila. Però no duia sinó un pobre gec de cotó, i encara mig esparracat, i no semblava que patís pas gaire per causa de la gelor i del vent esmolat d'aquella matinada.

Després de saludar-se van caminar una estona plegats i el pagès, admirat que el carboner pogués resistir sense glaçar-se aquella temperatura tan rigorosa, anant tan poc abrigat, no es va saber estar de preguntar-li:

- I vós, company, ¿no us peuleu de fred, anant tan prim de roba com aneu?
- No pas per ara –va respondre el carboner, tot eixerit, fent una mitja rialla.
- Doncs, a fe que no ho entenc –va dir, encara, el pagès -, perquè jo si que vaig ben abrigat, i tinc un fred que no m'hi veig.
- És que jo porto posada la roba que tinc –li va dir el carboner. Si vós féssiu igual, si duoguéssiu posada tota la roba que teniu, com jo, tampoc no en tindríeu, de fred!

(“Tota la roba posada”. *Cavall Fort*, núm. 431, any 1980)

.....

.....

.....

.....

Contesta ara amb tota sinceritat, ¿quin dels dos resums creus que serà el més adequat? El segon, oi?

Evident, el resum intuïtiu funciona molt bé quan el text és senzill o molt conegut, fins i tot aleshores el pots expressar amb menys paraules. En canvi, quan el text és més complicat, aquest resum necessita uns passos per assegurar-te que l'has entès bé.

Fem-ho amb el primer, el text A.

EXERCICI 3. Ja saps de què parla el text A.

- A quina matèria correspon?.....
- A quina part de la matèria pertany?.....
- Fes memòria dels fets que recordes d'aquesta època.
- Pensa tres o quatre preguntes que poden trobar resposta en aquest text.
- Escriu-les a continuació:
.....
.....
.....

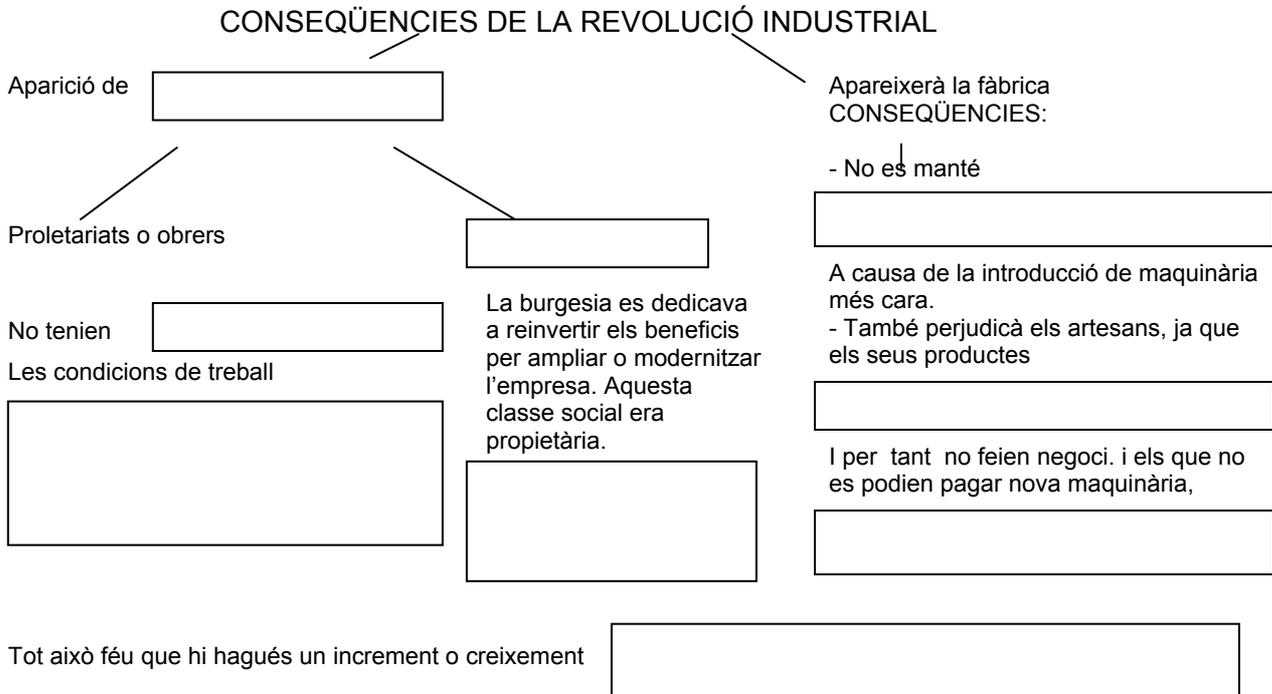
EXERCICI 4. Ara ja pots passar a fer el **subratllat**. Abans, però, recorda les pautes que t'hem donat sobre com fer-lo. No deixis d'escriure les paraules al marge en acabar el subratllat.

¿T'has adonat que el títol d'aquest primer text respon solament a una part, la més breu i que en canvi la major part es refereix a un altre aspecte?

Digues quin títol li donaries tu.....

Fes el resum, pots ordenar les idees d'una altra manera, si vols.

EXERCICI 5. Completa l'esquema que tens a continuació amb les idees del text que acabes de llegir. Pots utilitzar les mateixes paraules de l'autor.



EXERCICI 6. Aquest **esquema** és gairebé un resum, però així no pots redactar, falten paraules i no poden fer “dibuixets”; per tant, escriu en les línies següents, el resum d’aquest fragment. Has de tenir present l’esquema que acabes de completar.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Com pots veure, **la redacció del resum** ha de tenir molt en compte les paraules que serveixen per relacionar una frase amb una altra. Per exemple, per dir que una cosa és el contrari d’una altra utilitzaràs: “però, això no obstant, tot i això, en canvi, per contra,...”; en canvi, per dir que insisteixes en el mateix: “a més a més, també, de la mateixa manera, i, ...”; i per assenyalar que tanques l’explicació amb la síntesi del més interessant: “en resum, breument, en poques paraules,...”
 No cal posar palla, cal ser clar, explícit i breu.

EXERCICI 7. A continuació tens un esquema –quadre sinòptic -, cal que en redactis un resum només utilitzant dos avantatges i dos inconvenients, pots triar-los. En fer la redacció no pots copiar cap fragment sencer, has de dir-ho d’una altra forma; si fas un esquema de les idees et serà més fàcil. Compte amb les paraules que utilitzes per relacionar les frases.

Avantatges	Inconvenients
<p>Com que l’energia hidroelèctrica és una font renovable, no hi ha perill que aquesta s’esgoti.</p> <p>No produeix cap contaminació al medi ambient.</p> <p>L’aigua embassada és una reserva per al regadiu de zones de conreu i camps.</p>	<p>El cost és elevat tant per la construcció que s’ha de realitzar com pels estudis previs que s’han de fer sobre les característiques de la zona en la qual se situarà la central hidroelèctrica.</p> <p>No es pot fer a qualsevol lloc perquè el terreny ha de presentar unes característiques determinades; fer-la pot suposar la desaparició de cultius i pobles sencers, ja que la zona que ocupa un embassament és bastant gran.</p> <p>El rendiment que se’n pugui treure depèn de les característiques climàtiques de la zona: més pluviositat o menys, temperatura, grau d’evaporació de l’aigua, etc.</p>

.....

.....

.....

.....

.....

.....

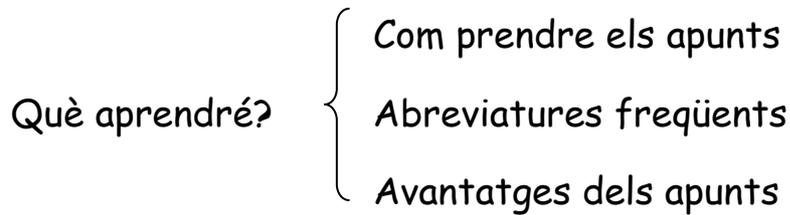
.....

.....



FITXA 7. ELS APUNTS

7.1 TEORIA



7.1.1. COM HAS DE PRENDRE APUNTS?

Prendre apunts és anotar de forma clara i ràpida les idees i aspectes fonamentals de les explicacions del professor.

○ COM PRENDRE APUNTS?

- Anotar en la part superior del full la data, la matèria, i en majúscules el títol del tema. L'ordre és molt important.

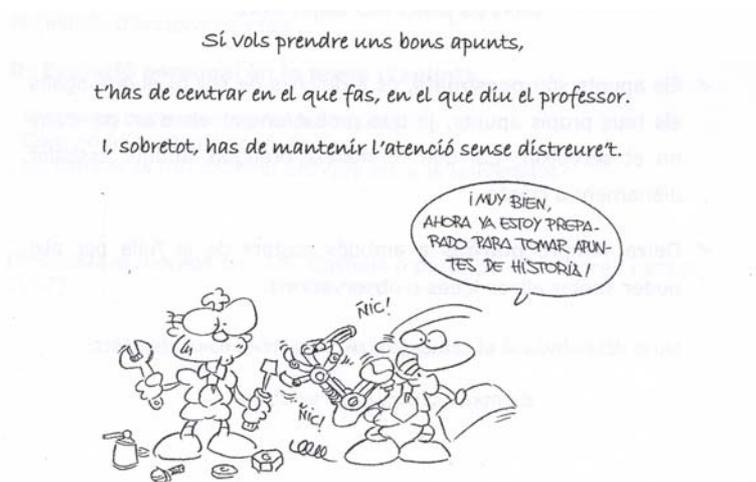
Títols, dates i asteriscs són elements que faciliten la lectura i serveixen per cridar l'atenció sobre els punts més importants.

- Els apunts **són personals**, és a dir, has de ser tu el que agafis els teus propis apunts, ja que probablement els d'un company no et serveixin. Cal que tu mateix prenguis apunts assistint diàriament a classe.
- Deixa sempre marges a ambdós costats de la fulla per així poder anotar altres idees i observacions.

No et desanimis si al començament no obtens bons resultats;
els apunts impliquen pràctica.

- El principi de les explicacions sol ser molt important. Al començament ens indiquen el que es tractarà i la importància del tema, la seva relació amb altres temes que ja hem après.

- Es simplifica molt la feina si saps de què tractarà la classe. Per tant, és important que facis un cop d'ull a l tema que s'explicarà.
- A classe és molt important prestar atenció, és a dir,
 - a. Escoltar al professor/a
 - b. Seguir el seu raonament
 - c. Veure en quins aspectes posa èmfasi.
 - d. Observar què escriu a la pissarra.
 - e. Captar què ressalta amb la veu.
 - f. Concentrar-se en l'explicació.



OBSTACLES

La manca de voluntat per a captar el que s'escolta,
les distraccions - per fatiga, fred o altres factors-
i el veure el costat negatiu de les coses.

Tots aquests factors són
els principals enemics d'uns bons apunts.

- El **to de veu** i les expressions del professor són molt importants per destacar les idees centrals.
- En els apunts s'ha d'anotar: **idees principals, dates, dades, noms fonamentals, nexes** que relacionen unes idees amb altres.
- Els apunts s'han de prendre de forma neta, clara i llegible. Les definicions i fórmules són l'únic que has d'escriure al peu de la lletra.

No ho anotis tot tan sols el que sigui fonamental.

Prendre apunts no és el mateix que fer un dictat.

- Deixa espais en blanc per permetre una lectura fàcil. Els paràgrafs separats visualment resulten més atractius per estudiar.
- Pots fer servir **abreviatures**
- Pots fer servir **majúscules, subratllats, colors distints...**per destacar els punts principals de l'explicació.
- Repassa els apunts cada dia i modifica o demana els dubtes.

Si tens qualche dubte de l'explicació, pregunta!

○ AVANTATGES DELS APUNTS

- Afavoreix l'atenció i la concentració.
- Estàs treballant, per tant et facilitarà la memorització.
- T'ajuda a destacar i anotar les idees importants i aspectes fonamentals d'un tema que hauràs d'aprendre.
- Millora la comprensió oral i fomenta la capacitat d'expressió escrita.
- Es completa la informació que apareix en el llibre amb les aportacions del professor.
- Ajuda a fer una síntesi del que s'ha fet a classe, per tant, és una forma de començar a estudiar.
- Els dubtes que tenim es detecten durant l'explicació del professor.
- Permet arribar a casa amb la lliçó entesa, i això facilita l'estudi.
- Estalvia temps d'estudi a casa.

○ ABREVIATURES

LLISTA D'ABREVIATURES			
Abreviatura	Significat	Abreviatura	Significat
tp:	tampoc	t':	temps
bt:	bastant	tb:	També
dp:	després	Bàsica-:	Bàsicament
aliment/:	alimentació	î:	Important
+:	més, positiu	x:	Per
-:	menys, negatiu	ex:	Exemple
=:	igual	mat:	matemàtiques
H ^a :	història	>:	Major que

q:	que	<:	Menys que, menor
ns:	naturalesa	Pts:	pessetes
U.E.:	unió europea	Qg:	Quilogram
\$:	dòlars	%:	percentatge
ec:	economia	Dd:	Des de
↓:	a baix	Cfr.:	Confrontar
↑	a dalt	d. h.	Dona home

○ HÀBITS INADEQUATS

- × Intentar agafar tot allò que el professor explica. El teu objectiu és seleccionar els continguts i estructurar-los de forma que a casa teva siguin més fàcils d'estudiar.
- × Escriure els apunts de forma lineal.
- × Passar els apunts a net sense intentar esquematitzar-los.
 - × Prendre els apunt en fulls de diferent tamany o color.

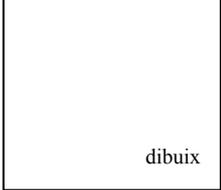
7.2. PRÀCTICA

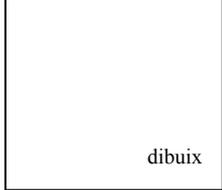


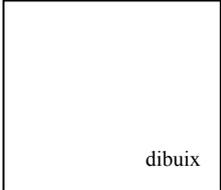
EXERCICIS DE MEMÒRIA

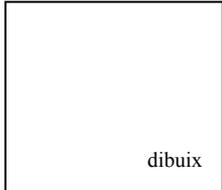
- Construeix una historieta amb les següents paraules: **riu, muntanya, Ronaldinho, estel, món, vent, son, novel·la.**

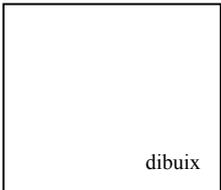
- Saps que mitjançant els dibuixos també pots memoritzar?
Aquí tens un seguit de paraules per a intentar recordar-les però abans fes un dibuix al seu costat.

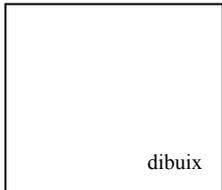
Guitarra 
dibuix

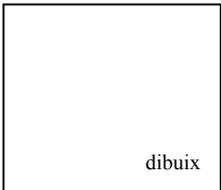
Pluja 
dibuix

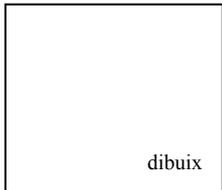
Everest 
dibuix

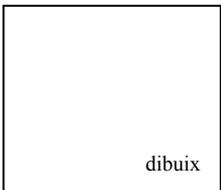
Pensament 
dibuix

Examen 
dibuix

Marató 
dibuix

Gelat 
dibuix

Avui 
dibuix

Estufa 
dibuix

Puig Major 
dibuix



FITXA 8. L'EXAMEN

8.1. ABANS DE L'EXAMEN

- Planifica, **distribueix el temps** de forma adequada.
- **Estudia regularment**, per evitar l'acumulació de matèria a estudiar i els nervis finals.
- **Repassar.**
- Llegeix intentant memoritzar *esquemes i resums*.
- El darrer dia, fes un REPÀS GENERAL.

8.2. DURANT L'EXAMEN

- Has d'estar tranquil/il·la però atent/ta per poder concentrar-te en el que has de fer. **Pensa que tu pots!!**
- Llegeix de forma detinguda totes les preguntes, assegurant-te que les entens perfectament. **Si tens qualche dubte, demana-ho al teu professor.**
- **Distribueix el temps** del qual disposes entre el nombre de preguntes de l'examen.
- Convé primer respondre aquelles preguntes que saps segur i, després, les més difícils.
- Respon de forma *clara i ordenada*.
- Recorda posar el teu *nom a cada full*.
- Tingués en compte la *presentació*.
- **Repassa tot l'exercici abans d'entregar-lo** i canvia si hi ha alguna cosa equivocada.

8.3. DESPRÉS DE L'EXAMEN

- Aclareix **on has fallat i per què** (així la pròxima vegada ho podràs evitar).
- **Les errades són la millor eina per al teu aprenentatge.** Si coneixes on i en què has fallat, com i per què, seràs capaç d'evitar-ho la pròxima vegada.