

# CÓMO DESARROLLAR UNA BUENA RUTINA DE APRENDIZAJE

Establecer y seguir una rutina de aprendizaje favorece tu formación en idiomas. Tanto si lo has intentado ya sin progresar, como si ya eres un experto pero necesitas un impulso extra, aquí te dejamos unos cuantos consejos para aprovechar al máximo tu experiencia de aprendizaje.

Incluye todos estos tips a tu rutina de aprendizaje en nuestra plataforma SpeeXX y ¡tendrás la mitad del camino hecho!



## Reglas básicas para crear una rutina

### 1. Descubre tu estilo de aprendizaje

Cada persona aprende de una manera diferente. Localizar tu propia manera de aprender te ayudará a seleccionar mejor las herramientas que a ti te van a funcionar, y así acelerarás tu propio proceso.

### 2. Deja a un lado el mito del me voy al extranjero -a aprender inglés

Las inmersiones lingüísticas pueden obrar milagros, pero también pueden suponer una excusa para posponer el compromiso con el aprendizaje. El mejor momento para ponerte es ahora.

### 3. Aprende a tolerar la ambigüedad

El lenguaje es algo vivo—complejo y en constante evolución. En tu proceso irás encontrando cosas que hayan perdido el sentido, identifícalas y no dejes que perjudiquen tu motivación.

### 4. Abraza tus límites

Los errores forman parte del juego y podemos aprender mucho de ellos. A veces estos fallos pueden aportar más sabiduría que cualquier otra herramienta educativa.

### 5. Haz algo, pero hazlo a menudo

La constancia es crucial para desarrollar el aprendizaje correctamente. Intenta planificar sesiones cortas, pero regulares en lugar de sesiones más densas y espaciadas en el tiempo.

### 6. La importancia de la variedad en el aprendizaje

Si el aprendizaje se vuelve monótono, desconectamos. Pon a prueba tu curiosidad y sal de tu zona de confort realizando actividades diferentes entre sí.



#### ESTILO DE APRENDIZAJE

#### CARACTERÍSTICAS PERSONALES

#### Comunicativo

- Me gusta aprender viendo y escuchando a otros hablar en inglés
- Me gusta aprender poniendo en práctica mi inglés
- Me gusta aprender nuevas palabras escuchándolas en contexto
- Estoy dispuesto a interactuar con personas extranjeras siempre que tengo oportunidad

#### Analítico

- Me gusta realizar ejercicios de gramática
- Me gusta aprender leyendo libros
- Me gusta estudiar idiomas por mi cuenta
- Me gusta reflexionar sobre mi errores

#### Basado en una autoridad

- Me gusta tener disponible a una persona especializada que me explique las cosas
- Me gusta apuntar lo que aprendo en un cuaderno
- Me gusta tener un libro de texto a mano para consultar y repasar las cosas que aprendo
- Me gusta aprender palabras nuevas cuando las veo en un texto

#### Concreto

- Me gusta aprender a través de juegos y tareas que impliquen la consecución de objetivos
- Aprendo mejor hablando con diferentes personas
- Necesito entender cómo puedo aplicar un nuevo idioma en mi vida cotidiana
- Aprendo más y mejor cuando utilizo el idioma fuera del aula

## ¿Cuál es tu estilo de aprendizaje?

Basándonos en el estudio de Willing sobre los estilos del aprendizaje, se identifican estas cuatro categorías, que te ayudarán a comprender qué es lo que mejor te funciona. Gracias a ellas podrás crear una rutina que se adapte a tu personalidad de aprendizaje.



## Centrado en objetivos

#### TIP

### Establece un objetivo específico

#### POR QUÉ

Todo el mundo quiere aprender idiomas, pero ¿qué significa para ti?

#### EJEMPLO 1

Quiero mejorar mi dominio de los tiempos verbales en inglés.

#### EJEMPLO 2

Quiero entender lo que dicen mis compañeros de trabajo extranjeros en las reuniones.

#### TIP

### Evalúa lo que ya sabes

#### POR QUÉ

Haz un balance de lo que ya puedes hacer con tu nivel actual. Y luego, aumentalo.

#### EJEMPLO 1

Sé utilizar los tiempos presentes y algunos pasados. Todavía dudo al seleccionar correctamente los tiempos futuros.

#### EJEMPLO 2

Puedo entender el sentido general de lo que se dice, pero sigo teniendo problema con los detalles.

### Márcate un objetivo que consideres satisfactorio

**POR QUÉ**  
¿Qué resultado te haría decir "lo conseguí"?

#### EJEMPLO 1

Si puedo utilizar adecuadamente tres tiempos pasados, presente simple y continuo, tres tiempos futuros y el presente perfecto, lo consideraré un éxito.

#### EJEMPLO 2

Me daré por satisfecho si tomo notas durante una reunión contestando a las 5W para poder crear después un informe.

#### TIP

### Piensa en las herramientas de las que ya dispones

#### POR QUÉ

¿Qué instrumentos puedes utilizar? Piensa en todos los que puedas.

#### EJEMPLO 1

Puedo utilizar el apartado de Gramática de la plataforma de SpeeXX y un viejo libro que tengo. Además puedo practicar con mi tutor, apuntar ejemplos en un cuaderno y fijarme en cómo se utilizan los tiempos en películas.

#### EJEMPLO 2

Asisto a todas las reuniones que tengo, consumo los vídeos del portal de SpeeXX y he realizado alguna sesión con mi tutor. Además, tengo una suscripción a Netflix y un primo en Inglaterra.

#### TIP

### Ten en cuenta el tiempo y el espacio

#### POR QUÉ

¿Dónde, cuándo y cuánto tiempo vas a estudiar? Recuerda que las sesiones cortas y en un entorno tranquilo son mejores.

#### EJEMPLO 1

Voy a hacer dos secciones de gramática en el portal de SpeeXX (10 mins), cuatro días a la semana y me agendaré una sesión de aula virtual con mi tutor para practicar los tiempos que he aprendido (30 mins).

#### EJEMPLO 2

Voy a empezar a ver un vídeo de SpeeXX al día durante 3 días a la semana y a tomar notas. Luego, aplicaré esto en mis reuniones semanales.



## 3 recursos extra para organizar y cumplir con tu nueva rutina

### 1 Principio de Pareto / Regla 80:20

El 20% de las cosas que aprendes, favorecen en un 80% tu progreso. Céntrate primero en las cosas que pueden suponer una gran diferencia, y luego ocúpate de los detalles más pequeños.

¿Qué sentido tiene memorizar todo el diccionario para empezar a hablar un nuevo idioma? Es mucho mejor centrarse en el vocabulario y expresiones más esenciales y empezar a practicar en conversación, aprendiendo términos por el camino.

### 2 The Fudge Ratio

Hace referencia a la diferencia entre tu estimación y la realidad. Si crees que tardarás 30 mins en llegar a la oficina y en realidad tardas 45, tu FR para esa tarea es de 1,5 ó 45/30.

Compara el tiempo que tardas en realizar una actividad y cuánto tardas en hacerla realmente, así podrás "corregir" tu sesgo en la planificación y evitar así la frustración en su desempeño.

### 3 La técnica Pomodoro

Se trata de un método para mejorar la administración del tiempo dedicado a cierta actividad. Se basa en dividir el tiempo en intervalos fijos de 25 mins de actividad y 5 de descanso.

Digamos que tu objetivo es leer una novela en inglés en una semana. Con esta técnica, harás sesiones de lectura de 25 mins, seguidas de 5 mins de descanso. Cada vez que completes 4 sesiones, harás un descanso de 30 mins.



## Actividades útiles para completar tu rutina

Hemos reunido algunas actividades que pueden realizarse en menos de una hora. Intenta incluirlas en tu plan y rutina de aprendizaje y el tiempo se te pasará volando. ¡Haciendo que tu experiencia de aprendizaje sea mucho más rica!

#### ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS QUE AYUDARÍAN A TU RUTINA

#### ESTILO DE APRENDIZAJE

#### Comunicativo

- Ve un vídeo de la Biblioteca SpeeXX cada dos días para practicar la comprensión oral
- Elige una canción a la semana y apréndete su letra en Youtube, así ampliarás tu vocabulario
- Reserva sesiones individuales y grupales en el aula virtual una vez a la semana
- Queda con amigos cada semana para hablar en inglés durante una hora

#### Analítico

- Lee un artículo de la Biblioteca de SpeeXX cada día y comenta en el foro para compartir tu opinión
- Descárgate una aplicación de un periódico internacional y aprende vocabulario nuevo con sus notificaciones
- Reserva una sesión en el aula virtual con tu tutor y pídele trabajar sobre errores detectados durante tu aprendizaje
- Elige una novela que te guste y lee cinco páginas al día

#### Basado en una autoridad

- Profundiza en tus conocimientos gramaticales con las actividades de la sección de Gramática de SpeeXX, realizando dos ejercicios al día
- Reserva una sesión individual en el aula virtual a la semana y pide a tu tutor que se centre en la teoría gramatical que vas aprendiendo
- Suscríbete a los diccionarios online de referencia para enterarte de cuál es "la palabra del día"
- Trabaja durante 5 mins al día tu pronunciación en el área destinado a ello en nuestro portal

#### Concreto

- Usa la sección de Negocios del portal SpeeXX para aprender términos de la jerga profesional
- Reserva una sesión grupal en el aula virtual a la semana para hablar con profesionales de otros países
- Mejora tu pronunciación y comprensión oral viendo vídeos de Youtube de tu interés a diario
- Configura todos tus dispositivos en inglés para practicar diariamente