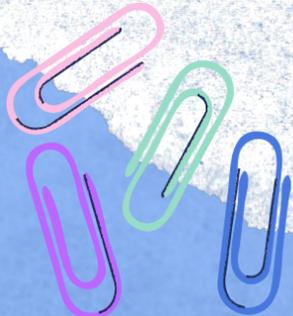


# MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO



1

## Subrayar

Se trata simplemente de destacar las partes más significativas del texto usando distintos colores. Lo ideal es hacer primero una lectura comprensiva y subrayar lo que consideres más importante para, posteriormente, proceder al estudio.



## Resumir

Utiliza tus propias palabras para sintetizar las ideas principales del texto que tienes que estudiarte y así escoger lo más importante.

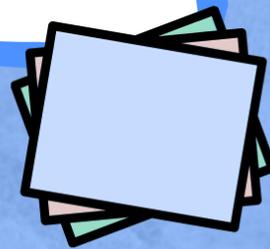
2



## Fichas de Estudio

Es un método de aprendizaje especialmente eficaz a la hora de asimilar datos concretos (fechas, números o vocabulario). Por tanto, ciertas materias como Historia, Química o cualquier idioma son mucho más fáciles si incluimos las fichas de estudio entre nuestras técnicas de estudio. Con las fichas de estudio convertirás la memorización en un proceso más divertido.

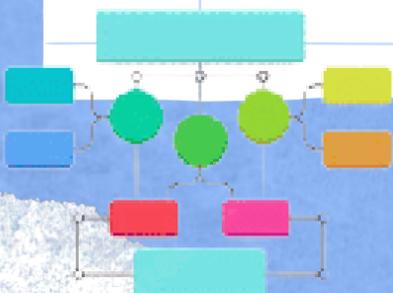
3



## Esquema

Es la expresión gráfica del subrayado que de forma más sintetizada expone las ideas principales y secundarias del texto. Permite obtener, de un solo vistazo, una idea clara y general del mismo.

4





# MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO



## Brainstorming

Consiste en reunirse un grupo de personas que realiza una lluvia de ideas sobre un determinado tema. Puede ser especialmente útil a la hora de realizar trabajos en grupo, con la finalidad de considerar diferentes ideas y perspectivas. Aunque también puede ser útil para estudiar de cara a un examen para así resolver dudas y llegar al fondo de la materia.

5



## Dibujos

Si eres una persona que tienen una buena memoria visual, serás capaz de memorizar mejor los conceptos cuando están asociados a imágenes o dibujos. Por tanto, acompañar nuestro estudio de estos recursos visuales puede ser una gran idea, especialmente para asignaturas como Geografía, Ciencias, Arte o Historia.

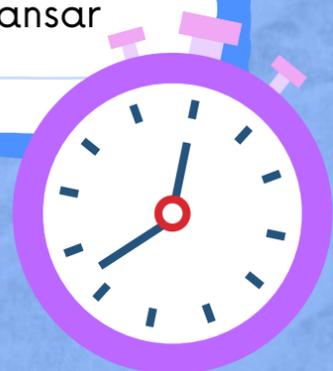
6



## Pomodoro

Consiste en poner un temporizador durante 25 min. (1 "pomodoro") y mantener la máxima concentración en el estudio durante ese tiempo. Tras finalizar, dejar un descanso de 5 min. Cada 4 "pomodoros" descansar entre 20-30 min.

7





# MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO

8



## Página en blanco

Deja de lado tus apuntes y coge una hoja en blanco. En esta, escribe absolutamente todo lo que recuerdes sobre el tema que tienes que estudiar. Además, así sabrás qué es lo que sabes ya y qué es lo que necesitas repasar.



## Grupos de estudio

El estudio en grupo es un proceso de interacción e influencia en el que intervienen de forma dinámica los miembros de un grupo para realizar actividades académicas. Además, el aprendizaje en grupo es una excelente estrategia de enseñanza-aprendizaje.

9



## Auto-enseñanza

Se trata de leer la materia e intentar explicártelo en alto a ti mismo/a. Puedes incluso grabarte haciéndolo para poder repasar en tus trayectos al colegio, al gimnasio, a las quedadas con amigos o incluso antes de irte a dormir. De esta manera, será una forma eficaz de ahorrar tiempo y a la vez aprender.

10

