

# **TÉCNICAS DE ESTUDIO**

Federación Herrikoa-Ceapa

## **Técnicas de estudio**

Las técnicas de estudio son una herramienta efectiva.

Facilitan el proceso de memorización y estudio.

Ayudan a organizarse

En el estudio diario (tareas) creando hábito

Analizando cuales son las prioridades inmediatas

Elaborando un horario de "trabajo" diario

Con un calendario con fechas de exámenes, trabajos...

## **¿Cómo se crea el ambiente de estudio?**

Mediante un sitio para estudiar.

Aislado de ruidos y distracciones.

Con iluminación suficiente.

La silla y mesa de trabajo funcionales.

No interfiriendo con otros encargos que puedan surgir.

Creando hábitos de estudio.

Teniendo recursos: libros, diccionarios etc.

## **¿Cómo se crea hábito de estudio?**

Planificando el tiempo de estudio

Dedicando todos los días un tiempo a las actividades escolares:

Repaso

Ejercicios

Memorización

Teniendo un horario con todas las actividades diarias.

Disponiendo de un calendario:

Para saber fechas de entrega de trabajos.

Fechas de exámenes

## **Diseñar un buen método de estudio.**

Organización del material de trabajo.

“Cada cosa en su sitio y un sitio para cada cosa”

Distribuir el tiempo de forma flexible

Tener en cuenta las dificultades concretas de cada materia.

Averiguar el ritmo personal de trabajo

Ser realista y valorar la capacidad de comprensión, memorización, ...

Comenzar por los trabajos más difíciles y dejar los más fáciles para el final.

Memorizar datos, entenderlos y fijarlos.

No estudiar materias que puedan interferirse:

“Vocabulario de inglés con el de alemán”

## **Pasos al enfrentarnos a un texto:**

### Pre-lectura o lectura exploratoria

Un conocimiento rápido de del tema.

Forma el esquema general del texto

Comenzar el estudio de una manera suave de manera que vayamos entrando en materia con más facilidad.

Además puede servir también para dar un vistazo a los apuntes antes de ir a clase y así:

Conectar antes con la explicación del profesor, costándote menos atender y enterándote del tema.

Ponerte de manifiesto tus dudas que aclararás en clase, y tomar los apuntes con más facilidad.

### Lectura comprensiva:

Consiste en volver a leer el texto

Despacio, párrafo a párrafo

Reflexionando sobre lo que leemos

Se entenderá mejor el tema a estudiar

Será mucho más fácil asimilar y aprende

### Ampliar vocabulario:

Es necesario trabajar con sinónimos y antónimos

Busca en el diccionario las palabras desconocidas

## **El subrayado**

¿Que es el subrayado?

Poner una raya debajo de las palabras que consideramos más importantes

¿Por qué es conveniente subrayar?

Porque llegamos con rapidez a la comprensión

Ayuda a fijar la atención

Favorece la captación de lo esencial

Destacamos lo esencial de lo secundario.

Podemos preparar mucha materia en poco tiempo.

Es necesario para hacer esquemas y resúmenes.

Favorece la asimilación

Desarrolla la capacidad de análisis y síntesis

¿Qué debemos subrayar?

La idea principal

Palabras técnicas o específicas del tema y algún dato relevante

Para comprobar que hemos subrayado correctamente podemos hacernos preguntas sobre el contenido

Cómo detectamos las ideas más importantes para subrayar?

Son las que dan coherencia y continuidad a la idea central del texto

En torno a ellas son las que giran las ideas secundarias.

¿Cómo se debe subrayar?

Mejor con lápiz que con bolígrafo.

Utilizar lápices de colores.

Un color para destacar las ideas principales y otro distinto para las ideas secundarias.

Sí utilizamos un lápiz de un único color podemos diferenciar el subrayado con distintos tipos de líneas

¿Cuándo se debe subrayar?

Nunca en la primera lectura

Las personas que están muy entrenadas en lectura comprensiva deberán hacerlo en la segunda lectura.

Las personas menos entrenadas en una tercera lectura.

## El esquema

¿Qué es un Esquema?

Es la expresión gráfica del subrayado

Contiene de forma sintetizada:

Las ideas principales

Las ideas secundarias

Los detalles del texto

¿Por qué es importante realizar un esquema?

Porque permite de un sólo vistazo obtener una clara idea general del tema

¿Cómo se realiza un esquema?

Elaborando una lectura comprensiva

Realizando correctamente el subrayado (Idea Principal, secundaria...)

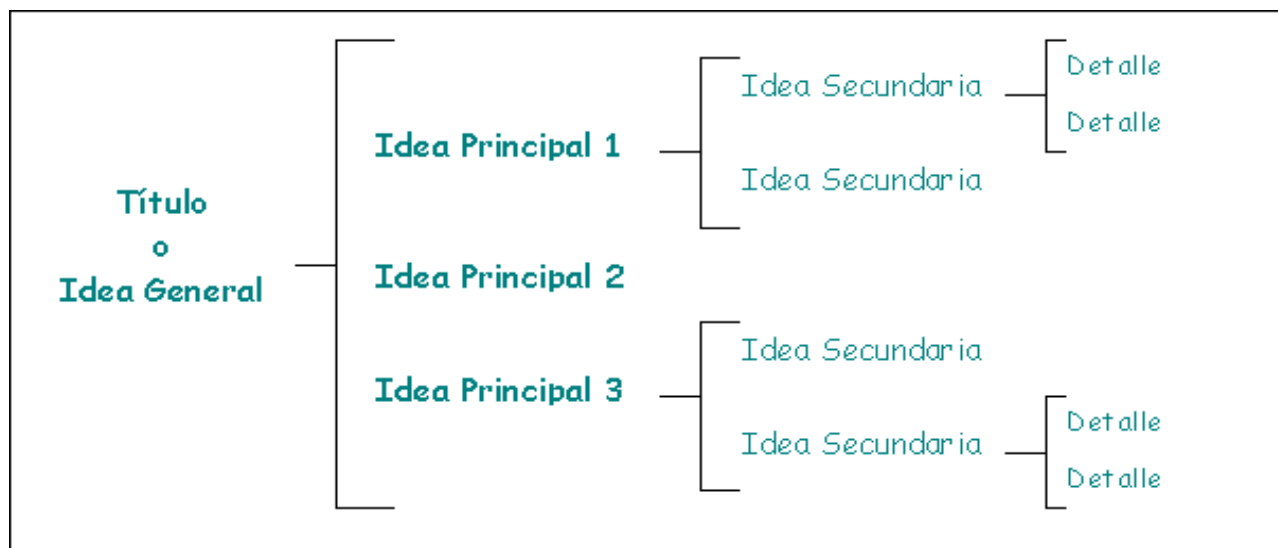
Empleando palabras claves o frases muy cortas

Usando el propio lenguaje

El encabezamiento debe expresar de forma clara la idea principal

Eligir el tipo de esquema que vas a realizar

Modelo de esquema:



## **El Resumen**

Es extraer de un texto todo aquello que nos interesa saber y queremos aprender

Realizar una breve redacción

Recogiendo las ideas principales del texto

Utilizando nuestro propio vocabulario

## **La Memoria**

Técnicas para desarrollarla

Fases de la memorización

\* Comprensión: entender la información.

\* Fijación: se adquiere con la repetición.

\* Conservación: esta fase está en función:

Del interés

La concentración

El entrenamiento de la persona

\* Evocación: significa recordar conocimientos

\* Reconocimiento: interrelación de los conocimientos

Hacer pausas mientras se lee para recordar.

Revisar lo estudiado a través de esquemas o resúmenes.

Causas del olvido

Falta de concentración.

Poca o mala comprensión de lo estudiado.

Ausencia de repasos o repasos tardíos y acumulados.

Estudio superficial y pasivo.

Web: Aprender a estudiar

**<http://80.24.102.10/aprender/todalaweb/index2.html>**