

TÉCNICAS DE ESTUDIO

Son una serie de **métodos aplicados al momento de estudiar**, cuya finalidad es facilitar la concentración del estudiante durante el proceso de aprendizaje.



Método de estudio pomodoro

Consiste en dividir el tiempo de estudio en plazos de 25 minutos y con un break de 5 minutos.

Luego de 4 pomodoros se recomienda tomar un break largo de 30 minutos.

Mapa mental

Consisten en un diagrama que se utiliza para representar ideas, palabras, dibujos, imágenes, entre otros elementos que se relacionan a una idea o concepto central.



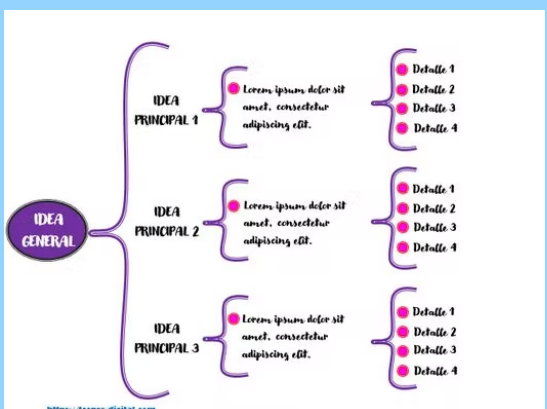
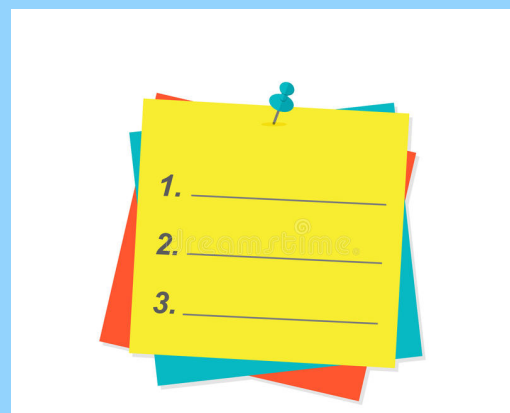
Resúmenes

Para elaborarlos, es necesario **leer y comprender** el texto, posteriormente, se separará en párrafos y se destacan las ideas principales y secundarias. A continuación, los puntos resaltados se transcriben a un papel y se redactan los párrafos nuevamente haciendo uso de ellos.

Listas

Consisten en ordenar los contenidos a repasar de acuerdo a las prioridades del estudiante.

De esta forma, se puede definir el orden en el que se desea estudiar los temas y seguir una secuencia mucho más ordenada y menos estresante.



Esquemas

Es la representación de ideas, conceptos y palabras relacionadas de forma jerárquica, coherente y lógica.

Son una muy buena herramienta cuando se necesita aprender temas complejos, pues permiten sintetizarlos para entenderlos más fácilmente.

Autoevaluación

Consiste en plantearse un test o un examen a uno mismo para determinar qué tanto conocimiento se tiene sobre el tema que se aprende.

La autoevaluación debe contener preguntas desafiantes que estimulen a la mente.



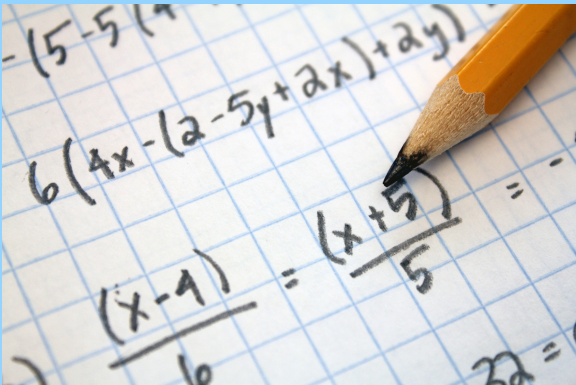
Cuadro comparativo

Son herramientas que permiten realizar una comparación entre dos o más elementos de manera gráfica y organizada.

Al clasificar la información de esta manera, resulta mucho más sencillo retenerla y llegar a una conclusión con respecto a la misma.

Realizar ejercicios

Esta **técnica de estudio** es muy útil para habituarte a los desafíos que pueden presentarse al momento de realizar test o exámenes disminuyendo de esta forma los efectos del estrés y favoreciendo el desarrollo de la memoria activa

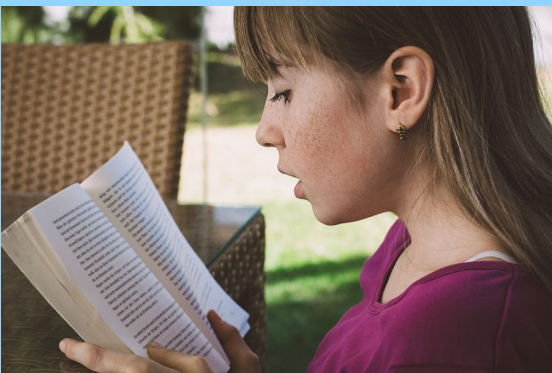


Explicar el tema

El estudiante debe contar con un elevado nivel de entendimiento sobre el tema. De esta forma, no solo podrá reafirmar sus conocimientos también se tendrá un punto de vista diferente del tema, o de generar incógnitas que quizás no hubiera podido alcanzar por medio de otras técnicas.

Leer en voz alta

Leer en voz alta te permite reafirmar los conocimientos adquiridos. Al aplicarla, la información no solo será captada por los ojos, sino también por los oídos. Resulta bastante útil al momento de escribir artículos, resúmenes o ensayos.



Fichas de estudio

Son herramientas que contienen una serie de palabras, números, símbolos o imágenes, las cuales sirven como apoyo para repasar y memorizar el contenido que se estudia.

Apuntes clásicos

De esta forma, interpretarás el contenido que desees aprender antes de escribirlo. Además, al plasmarlo en papel, el cerebro reafirmará y conservará estos conocimientos.



Subrayar lo importante

Puede ser de utilidad al momento de resaltar puntos importantes para la elaboración de una herramienta de estudio diferente, como un mapa mental, un esquema o un cuadro comparativo.

Grupos de estudios

Los **grupos de estudio** permiten que sus integrantes se apoyen mutuamente para lograr comprender el tema de forma más completa, al generar interrogantes, compartir puntos de vista y mucho más.



Mnemoctemia

Consiste en generar imágenes o palabras clave mentales que puedan asociarse con el concepto que se estudia. Es especialmente útil al momento de recordar conceptos complejos, listas, palabras en otros idiomas, o distintos temas que requieran razonamiento por parte del estudiante.

Método de Cornell

Consiste en dividir su hoja de trabajo en dos columnas una para apuntes y otra para preguntas o palabras clave relacionadas con el tema, y al final de la hoja se realiza un resumen.

TÍTULO ASIGNATURA	FECHA HOJA N°
IDEAS CLAVE	NOTAS DE LA CLASE
- Palabras clave - Preguntas - Ideas principales - Puntos importantes	- Fechas - Frases importantes - Desarrollo de ideas o conceptos - Fórmulas - Ejemplos - Dibujos - Bibliografía - Esquemas
RESUMEN	
Resumen de todo lo que se ha dicho en clase, cogiendo las ideas importantes y destacando lo más relevante del tema.	