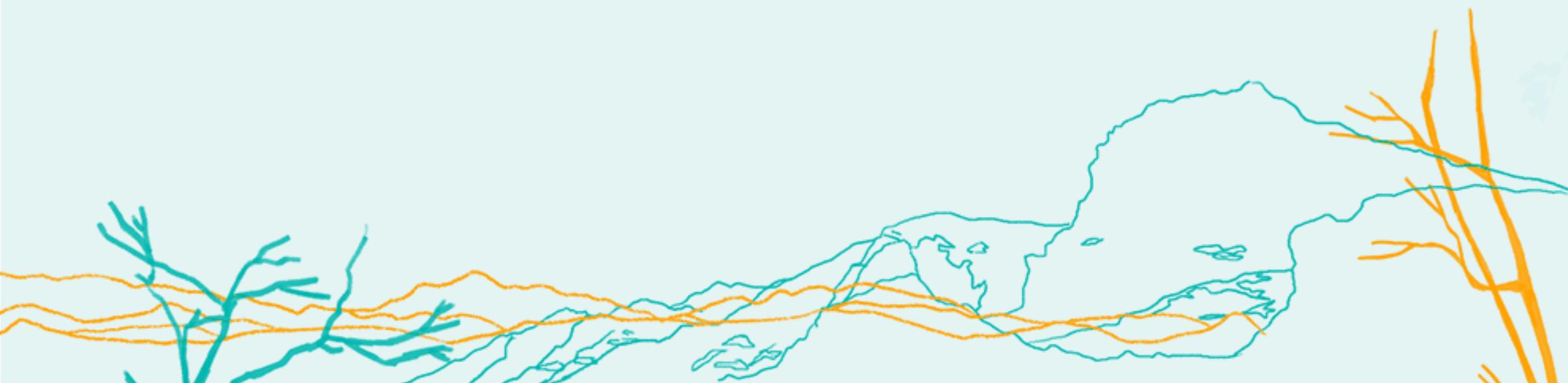


Aprender desde Casa

Técnicas
de
estudio

Estudiar, como cualquier otra actividad, requiere de unas prácticas y técnicas que permitan tener una mayor probabilidad de éxito.

A continuación encontrarás algunas recomendaciones que podrán ayudarte a definir y crear tu propia manera de estudiar.

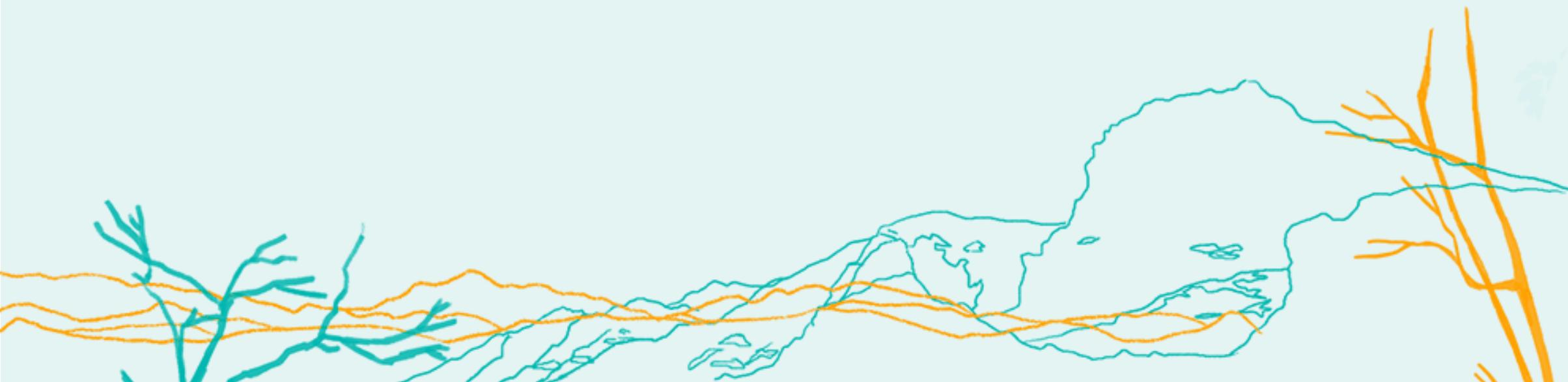




1. Un ambiente adecuado

El lugar de estudio debe:

- Ser tranquilo, silencioso y contar con las condiciones adecuadas de ventilación, iluminación y temperatura.
- Contar dentro de su mobiliario con una mesa y una silla; una estantería que nos permita tener a nuestro alcance y de manera organizada nuestro material de estudio o libros, y un tablero de notas para poner allí todos nuestros compromisos y tareas pendientes, de modo tal que podamos recordarlos con facilidad.



MA	DI	WO	DO	VI	SA	DO
2 Entregar Trabajo		3 Ensayo!			5 Preparar Expo	1
2	3 Examen Inglés	4	5	6	7	8 Trabajar en Ensayo
9 Informe	10	11	12	13	14	15
16	17 Entrega Examen Química	18	19	20	21 Exposición 10: a.m	22
23 Taller Matemáticas	24	25	26	27	28 Estudiar para parcial	29
30	31		3 Parcial 9:00 a.m.			Parcial Final 9:00 a.m.

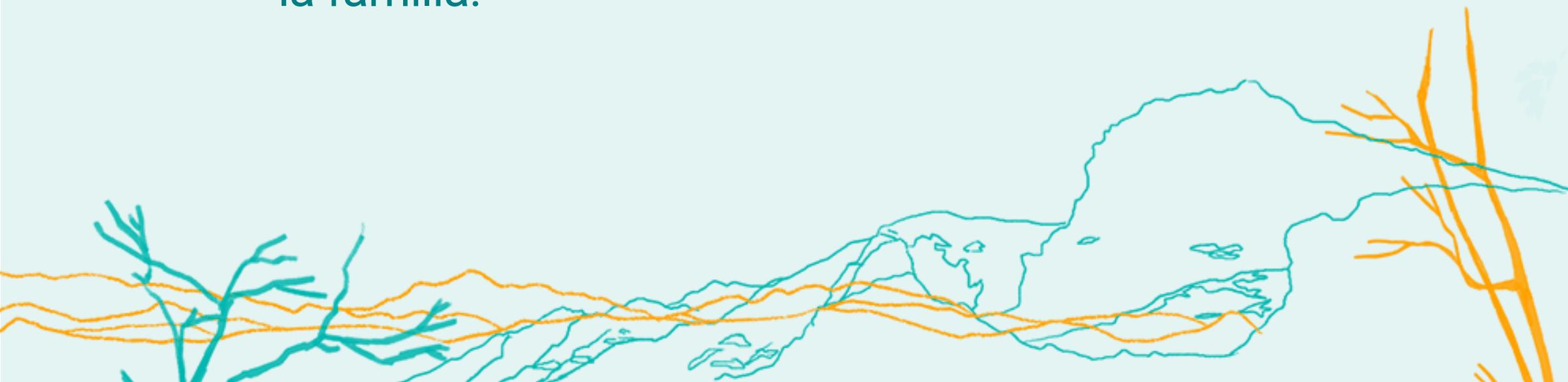
goals this month

- o leer un book uit
- o meditar & doe aan yoga
- o meer positief & stress less!

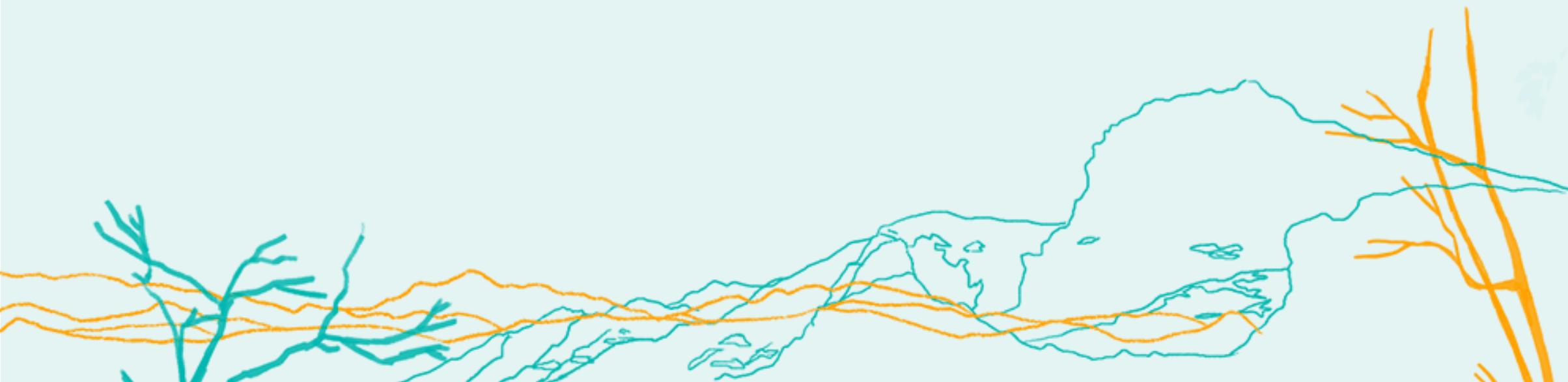
2. La planificación del estudio

Una buena planificación nos permite tener orden, control y eficacia en las actividades que vamos a desarrollar. **Algunas consideraciones que debes tener en cuenta son:**

- Determinar cuánto tiempo tienes disponible para estudiar.
- Distribuir el tiempo basado en la dificultad e importancia de las actividades a desarrollar.
- Es importante destinar tiempo a otras actividades como pasar tiempo con los amigos y la familia.



- Tener en la mesa de trabajo únicamente aquello que necesitas para realizar la actividad o tarea que estás desarrollando en el momento.
- Hacer una lista de tareas y calcular cuánto tiempo podrías necesitar para desarrollar cada una de ellas.
- Tu plan de estudio debe ser realista, flexible, sencillo, práctico y muy personal, es decir, adaptado a tus características y necesidades.





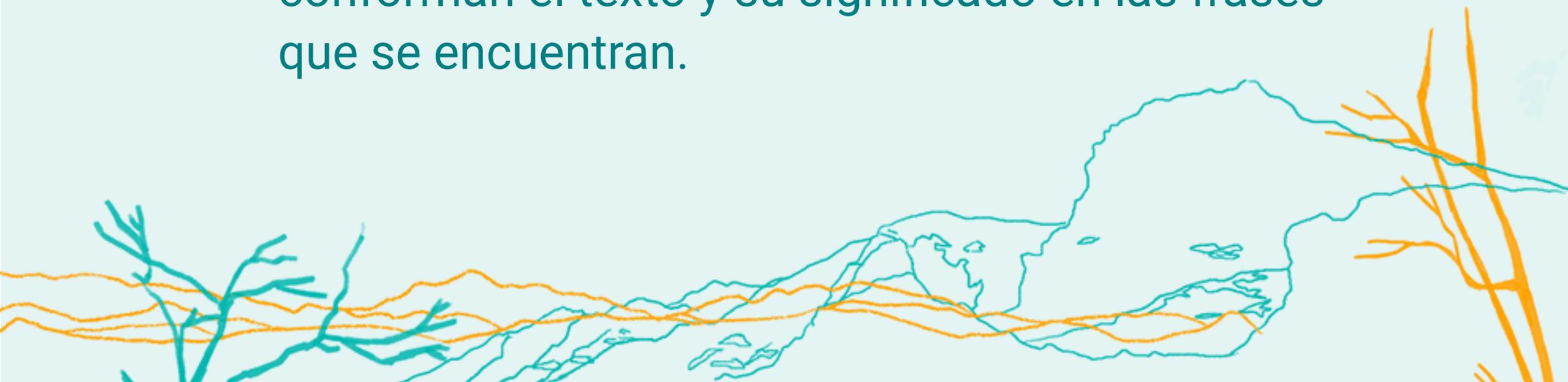
3. El método de estudio

Te recomendamos seguir los siguientes pasos:

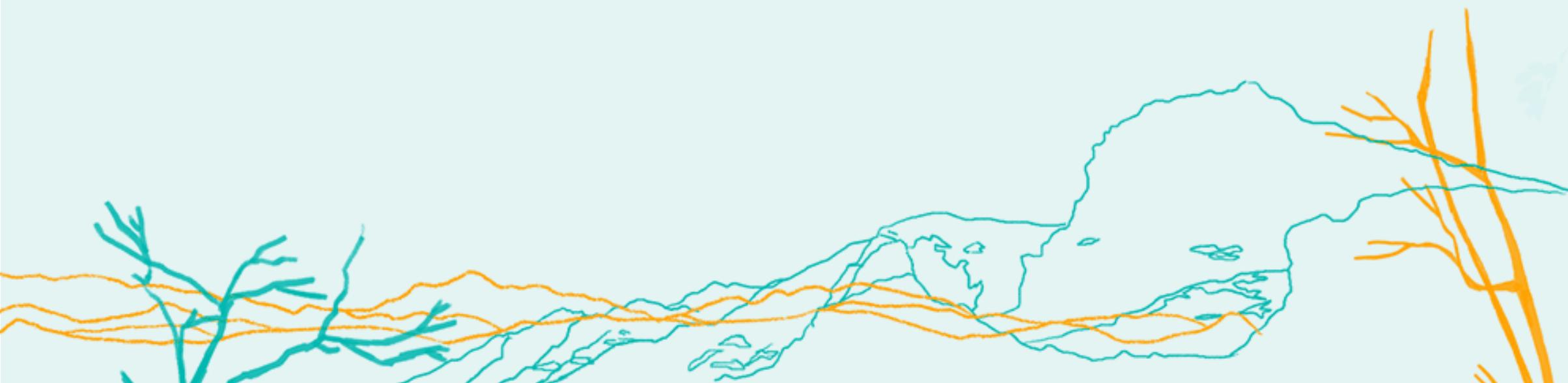
A. Leer: al estudiar, la lectura se debe realizar en dos etapas, una lectura rápida y una lectura atenta, esta debe tener como objetivos entender lo que se lee y hacerla en el menor tiempo posible.

Fases durante la lectura:

- **Reconocimiento:** consiste en hacer una lectura inicial que te permita determinar si conoces y entiendes cada una de las palabras que conforman el texto y su significado en las frases que se encuentran.



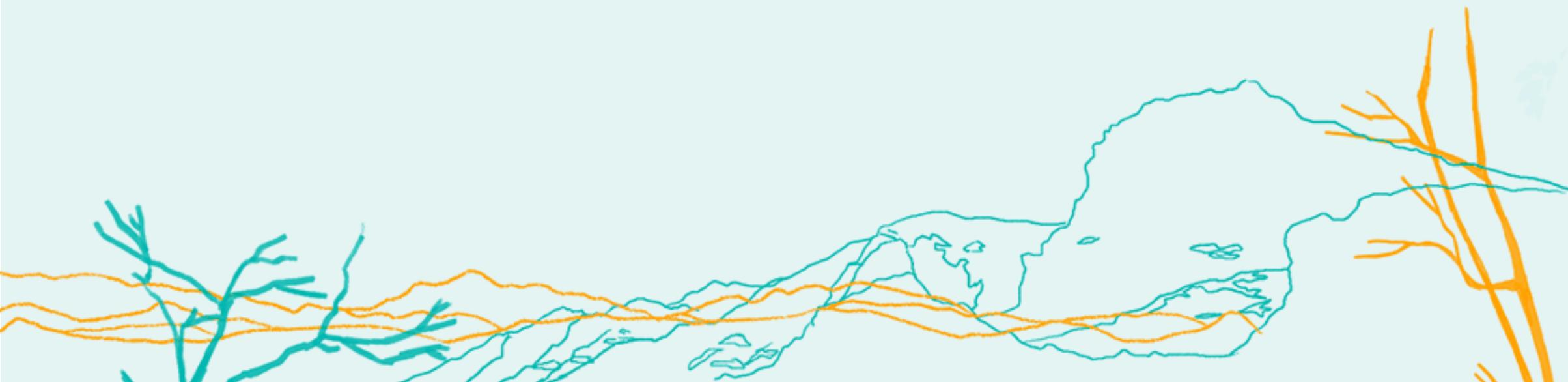
- **Organización:** después de estar seguro de que conoces cada una de las palabras del texto, debes organizar esta información con el propósito de conocer y entender el texto.
- **Elaboración:** crear un escrito usando tus propias palabras e ideas, sin que se pierda el sentido del texto inicial.
- **Evaluación:** hacer una revisión del texto creado, para verificar que no se haya cambiado o afectado el propósito del texto que se ha leído.



B. Subrayar: consiste en destacar lo más importante de un texto.

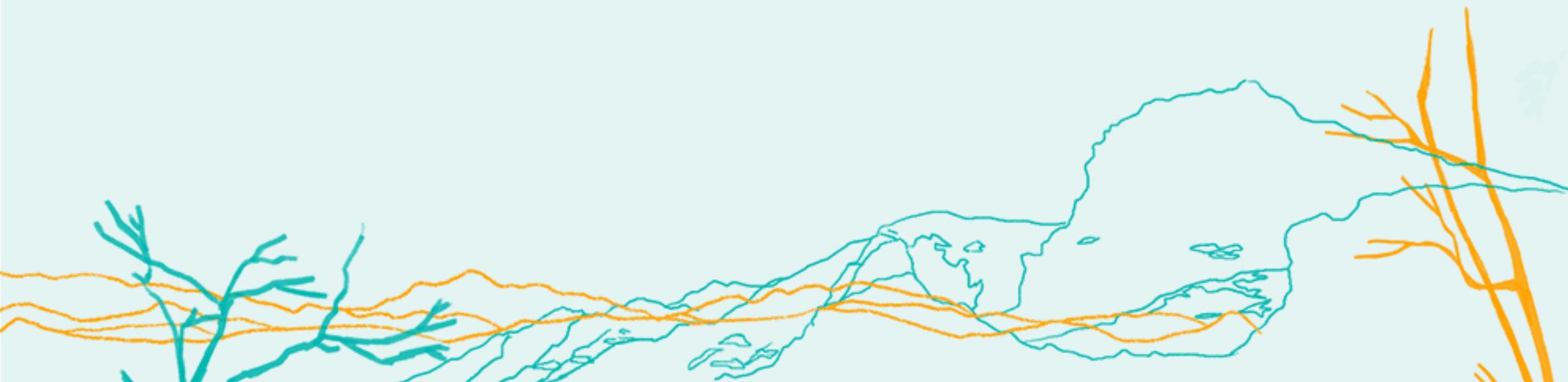
Ventajas de subrayar:

- Facilita la comprensión.
- Ayuda a clasificar la información que es importante para la tarea o actividad que estás realizando.



Debes subrayar:

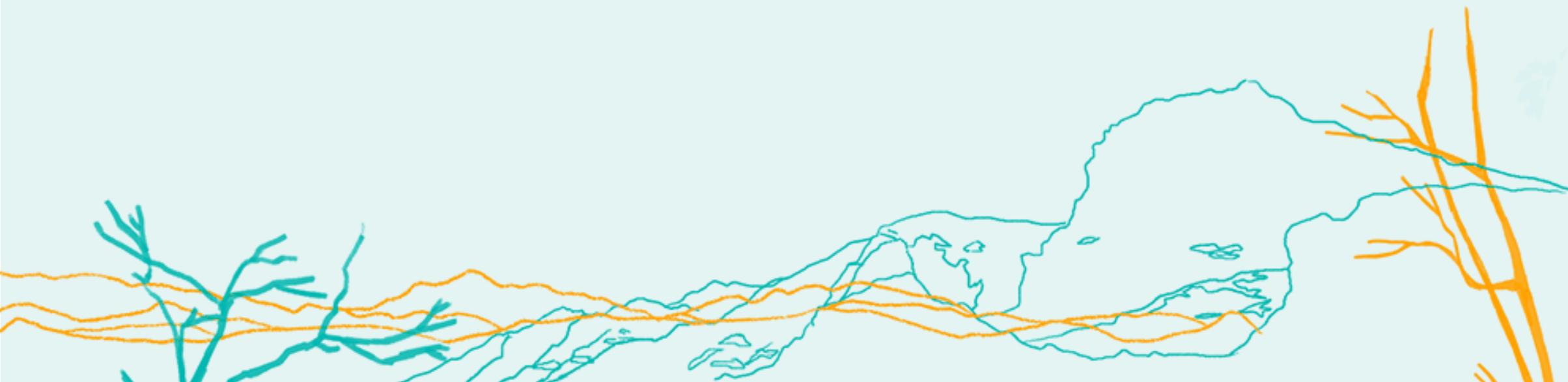
- Las ideas principales, las secundarias, datos, fechas, nombres importantes y términos técnicos.
- Después de haber leído detenidamente cada párrafo, esto te permitirá tener una idea general y determinar aquello que es realmente relevante.



C. Crear un esquema: pueden ser mapas conceptuales, mentales, cuadros comparativos, entre otros.

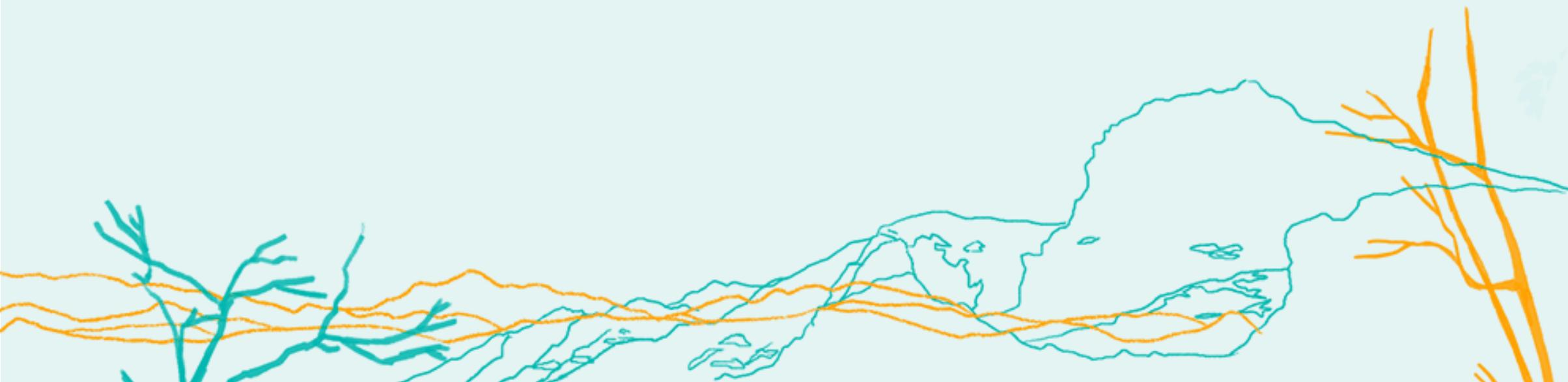
Ventajas que ofrecen los esquemas:

- Facilitan la comprensión.
- Ayudan a repasar.
- Proporcionan una síntesis y análisis de la lectura.
- Brindan una visión rápida y general del tema.



Para crear un esquema debes:

- Analizar la relación que hay entre las ideas seleccionadas previamente.
- Agruparlas en subconjuntos según su relación.
- Determinar qué tipo de esquema es el más apropiado según la información seleccionada.



D. Practicar, repasar y memorizar: con la práctica y el repaso los conocimientos se van interiorizando, poco sirve una buena lectura y clasificación de la información si esta queda archivada en una hoja o en el computador.

