

TÉCNICAS DE ESTUDIO



Organización del estudio.

Espacio

- El ambiente de estudio ha de ser relajado (sin ruidos con buena iluminación...)
- La postura debe ser adecuada..
- El material que se va a utilizar debe estar a mano de tal manera que la hacer uso de él no se pierda el tiempo en buscarlo.

Tiempo

- Decidir el tiempo que se va a dedicar a cada asignatura.
- Alternar aquellas asignaturas de distinto grado de complejidad (conviene tener en cuenta lo siguiente: comenzar con materias o trabajos de dificultad media, continuar con la más difícil y terminar con la más fácil).
- El horario debe ser flexible y realista.

Prelectura.

- Captar mediante una primera lectura “rápida” la idea general del texto mediante:
- Lectura de títulos, ideas subrayadas, palabras en negrita...

Lectura comprensiva / analítica.

- Leer detenidamente el tema entero.
- Las palabras o conceptos que se desconozcan se buscarán en el diccionario o en la enciclopedia.

- Es conveniente escribir notas al margen sobre algo que se ha consultado para que no se olvide.

Subrayado.

1. Colocar una raya debajo de las palabras que se consideran más importantes del tema.
2. Para comprobar que se ha subrayado correctamente se debe hacer preguntas sobre el contenido y si las respuestas están contenidas en las palabras subrayadas entonces, el subrayado estará bien hecho.
3. ¿Cómo se detectan las ideas más importantes para subrayar?
 - Son las que dan coherencia y continuidad a la idea central del texto
 - En torno a ellas giran las ideas secundarias.
 - ¿Cómo se debe subrayar?
 - Con lápiz. Sólo los libros propios
 - Utilizar lápices de colores. Un color para destacar las ideas principales y otro distinto para las ideas secundarias.
 - Sí se utiliza un lápiz de un único color, el subrayado se debe diferenciar con distintos tipos de líneas.
4. ¿Cuándo se debe subrayar?
 1. Nunca en la primera lectura, porque se pueden subrayar frases o palabras que no expresen el contenido del tema.
 2. Cuando se conocen el significado de todas las palabras en sí mismas y en el contexto en que se encuentran expresadas.

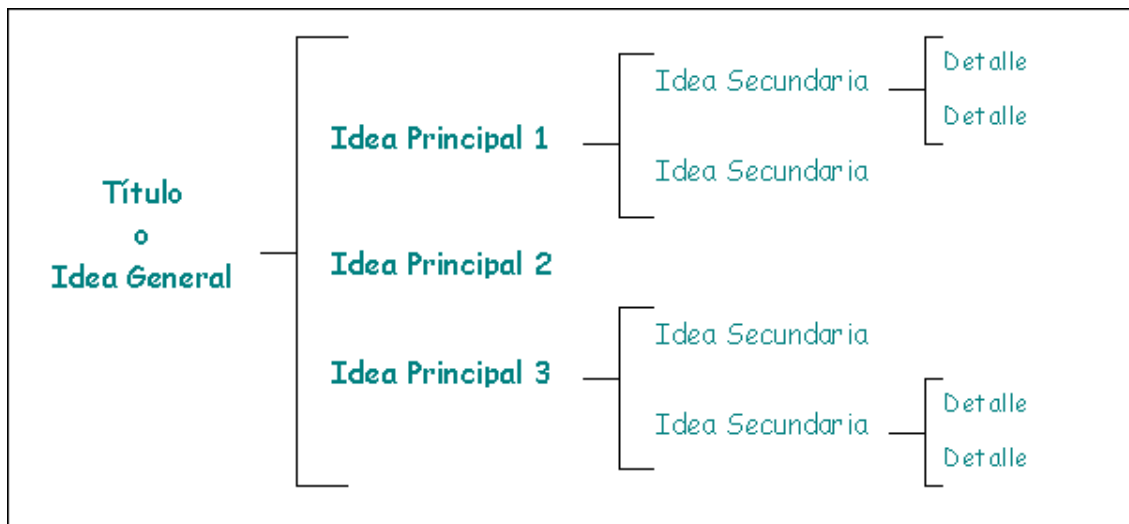
Esquema.

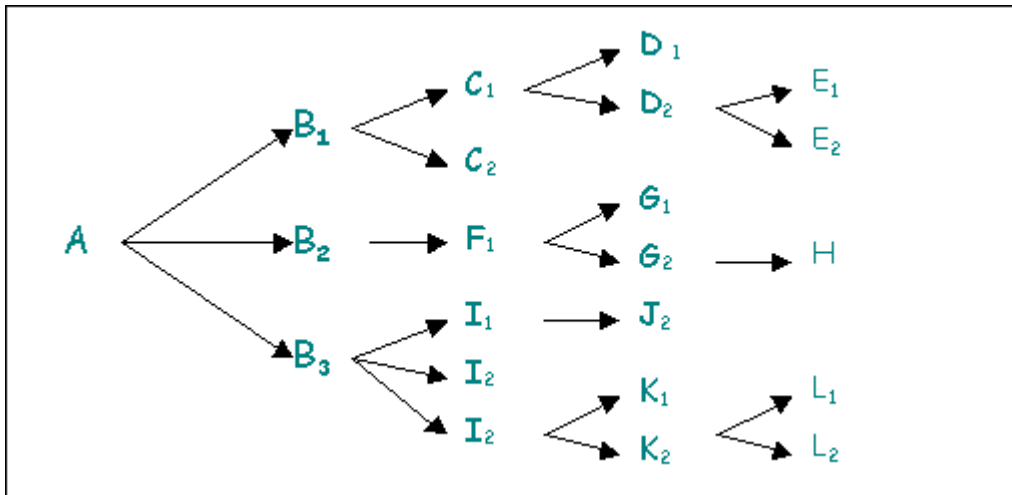
1. Recoger y ordenar jerárquicamente la expresión gráfica del subrayado que contiene de forma sintetizada las ideas principales, las ideas secundarias y los detalles del texto, mediante:

- el encabezamiento que ha de expresar de forma clara la idea principal, para ir descendiendo a detalles que enriquezcan esa idea.
- los epígrafes, títulos y subtítulos del texto.
- palabras claves o frases muy cortas sin ningún tipo de detalles y de forma breve.

2. ¿Cómo se detecta que el esquema es completo?

- Porque permite que de un sólo vistazo se obtenga una clara idea general del tema, seleccionando y profundizando en los contenidos básicos.
- Tipos de Esquemas





Resumen.

1. Realizar una breve redacción que recoja las ideas principales del texto utilizando un vocabulario propio.
2. Para hacer un buen resumen has de tener presente los siguientes puntos:
 - Debes ser objetivo.
 - Tener muy claro cual es la idea general del texto, las ideas principales y las ideas secundarias.
 - Se ha de realizar en base al esquema.
 - Se ha de seguir el hilo conductor que una las frases esenciales.
 - Debe ser breve y presentar un estilo narrativo.

<p>IDEA GENERAL</p> <p>1. Idea principal</p> <p>1.1. Idea secundaria</p> <p>1.1.1. Detalle</p> <p>1.1.2. Detalle</p> <p>1.2. Idea secundaria</p> <p>1.2.1. Detalle</p> <p>1.2.2. Detalle</p> <p>2. Idea principal</p> <p>2.1. Idea secundaria</p> <p>2.1.1. Detalle</p> <p>2.1.1.1. Subdetalle</p> <p>2.1.1.2. Subdetalle</p> <p>2.1.2. Detalle</p>	<p>IDEA GENERAL</p> <p>A. Idea principal</p> <p>A.a. Idea secundaria</p> <p>A.a.a. Detalle</p> <p>A.a.b. Detalle</p> <p>A.b. Idea secundaria</p> <p>A.b.a. Detalle</p> <p>A.b.b. Detalle</p> <p>B. Idea principal</p> <p>B.a. Idea secundaria</p> <p>B.a.a. Detalle</p> <p>B.a.a.a. Subdetalle</p> <p>B.a.a.b. Subdetalle</p> <p>B.a.b. Detalle</p>
--	--

Memorización.

1. **Pautas** para facilitar una buena memorización de los contenidos a estudiar:

- Captar el significado de las ideas básicas de un tema.
- Pensar con imágenes.
- Fijar contenidos con la repetición evitando la asimilación mecánica.
- Hacer pausas durante la lectura para recordar lo que vas aprendiendo.
- Revisar el contenido estudiado a través de esquemas o resúmenes. Así se aumenta el número de repeticiones-fijaciones.

2. **Técnicas:**

- Asociación: realizar conexiones mentalmente entre los conceptos nuevos y los que ya se poseen.
- Hay diversas maneras de asociar:
 - a) Comparar o contrastar: acordarse de algo porque se parece o se diferencia de algo que ya se conoce.
 - b) Asociar con ejemplos: por ejemplo estudiar el significado de una palabra utilizando una frase en la que se emplea.
 - c) Analogías: buscar parecidos.
- Rima: poner música a un texto, recitarlo como si de una poesía se tratara.
- Recordar el contexto: tratar de visualizar el momento en el que se estudió esa lección.
- Las técnicas nemotécnicas ayudan a memorizar mejor, con mayor rapidez y con mayor eficiencia. Se registra mejor la información lo que permite posteriormente recordarla con mayor exactitud.

- Método de la palabra-pinza: se cogen los números del 1 al 10 y cada uno de ellos se asocia con una palabra con la que rime.
- Método del relato: consiste en crear una historia con todos los elementos que se pretende memorizar.
- Método de las iniciales: se trata de formar una palabra inventada utilizando las primeras sílabas de los elementos de la lista.