

TÉCNICAS QUE TE AYUDARAN A APROVECHAR MEJOR TU TIEMPO DE ESTUDIO

Lo primero que tenemos que tener en cuenta para que nuestro tiempo de estudio lo aprovechemos al máximo es:

- Debemos elegir un **lugar adecuado donde estemos cómodos y tranquilos** para ponernos a estudiar, con buena luz y temperatura óptima.
- **Tener un buen hábito de estudio** de pequeños nos ayudará a afrontar mejor la hora de estudio.
- **Tener una actitud positiva hacia el estudio**, estar motivado para estudiar y querer aprender es importante.

Aquí os dejo algunas de las técnicas que mejor os ayudarán en el estudio:

- **UTILIZAR EL SUBRAYADO CON ROTULADORES DE COLORES CLAROS:**

una vez leáis todo el tema a estudiar, debéis hacer una segunda lectura subrayando las ideas más importantes que nos explican en el texto.

Normalmente, habrá una idea principal por párrafo. Para saber cual es la idea principal podéis Preguntaros "*¿Qué me quiere decir este párrafo?*" y buscar la respuesta a esta pregunta en cada párrafo del texto. En definitiva, es resaltar a través del subrayado, lo más importante de cada párrafo.



- **ESQUEMAS O MAPAS MENTALES DE LA INFORMACION A ESTUDIAR:** otra forma para mejorar nuestro estudio y aprovecharlo correctamente es a través de los esquemas o mapas mentales. Con este tipo de técnica, conseguiremos organizar las ideas principales del tema a estudiar de forma mas visual y gráfica. Algunas personas consiguen memorizar y aprender mejor a través de esta técnica porque las ideas principales a estudiar se organizan de una forma más atractiva. Aquí os dejo la diferencia entre ambas técnicas.



HACER ESQUEMAS.

Es la expresión gráfica del subrayado que contiene de forma sintetizada las ideas principales, las ideas secundarias y los detalles del texto.

¿Por qué es importante realizar un esquema?

Imágenes Educativas.com

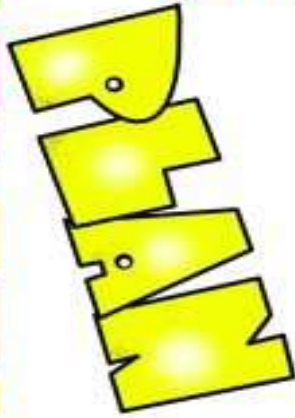
Porque permite que de un sólo vistazo obtengamos una clara idea general del tema, seleccionemos y profundicemos en los contenidos básicos y analicemos para fijarlos mejor en nuestra mente.



<http://www.imageneseducativas.com>



EL MAPA MENTAL.



La elaboración de mapas mentales es un proceso que puede realizarse tanto individualmente como en grupo. Es por eso que muchos relacionan los mapas mentales con el pensamiento colectivo o la lluvia de ideas.

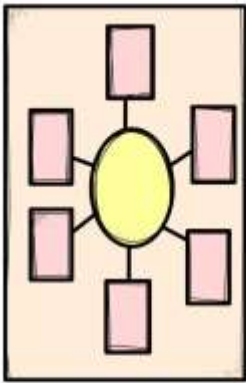
Imágenes Educativas.com

Cada participante hace suya cada una de las ideas y sus relaciones expresadas en el mapa, lo que ayuda a "llenar lagunas" mediante conexiones en las que antes no habíamos pensado, incentivando la generación de nuevas ideas.

<http://www.imageneseducativas.com>

@actiflo

ELABORAR MAPAS MENTALES.



El primer paso sería crear nuestro nodo central, a continuación, crea varias ramas con las principales ideas sobre las que quieres desarrollar el tema:

El siguiente paso es llevar estas ideas al siguiente nivel e ir desarrollándolas. En este proceso de elaboración del mapa mental es precisamente donde reside parte de su magia. Mientras lo creas estás aprendiendo y realizando un proceso mental, resumiendo todo el temario que tienes que estudiar, lo que favorece la conexión de ideas.

Por último, es muy recomendable añadir recursos visuales como imágenes, para hacer el mapa aún más visual.

Imágenes Educativas.com

<http://www.imageneseducativas.com>

- **TEST DE AUTOEVALUACION:** tras varias lecturas del tema a estudiar, otra técnica que os puede ayudar a memorizar y comprender la información leída es elaborar y realizar test o exámenes. La autoevaluación es la realización de preguntas de forma oral o escrita a uno mismo, examinarse y evaluarse como si de un examen se tratara. Así os prepararéis para afrontar el futuro examen real.

Existen muchas más técnicas, por eso os dejo aquí algunos enlaces de vídeos que podéis ver y probar nuevas técnicas:

<https://www.youtube.com/watch?v=zhe1xioEDg4>

Este vídeo es para que los papás y mamás aprendan también a ayudaros con el estudio:

<https://www.youtube.com/watch?v=7aLQnwRQpPc>

ESPERO QUE ESTAS TECNICAS QUE OS PROPONGO OS AYUDEN UN POCO A TENER UNA MEJOR SESION DE ESTUDIO

¡¡VAMOS MEDIANOS, A POR UN ESTUDIO MAS PRODUCTIVO!!