

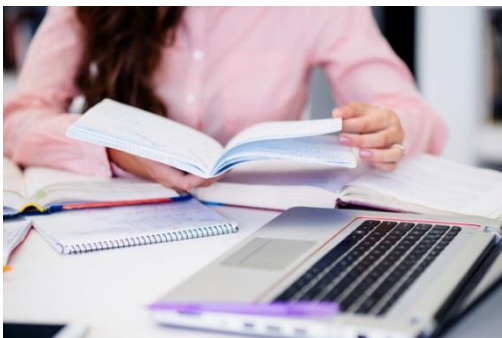
CONTENIDO

HERRAMIENTAS

HERRAMIENTAS PARA ESTUDIAR Y APROVECHAR EL TIEMPO

Para estudiar bien es fundamental concentrarse y utilizar estrategias que te ayuden a comprender, incorporar y memorizar los contenidos de las diferentes asignaturas.

Cada persona tiene un estilo particular de aprender, por lo que has de encontrar el método que te vaya mejor.



Te aconsejamos sacar el máximo provecho de tus cinco sentidos. Cuantas más modalidades sensoriales utilices, más fácil te resultará memorizar y recuperar la información. Ej.: los esquemas te ayudarán a potenciar la memoria visual.

A continuación te ofrecemos algunas estrategias que pueden ayudarte en el estudio. Escoge aquellas que te resulten más útiles.

HERRAMIENTA 1: “UN MÉTODO FANTÁSTICO”



1. Lectura global
2. Subrayado de las ideas más importantes
3. Esquema
4. Memorización
5. Repaso 1
6. Repaso 2

HERRAMIENTA 2: “REGLAS MNEMOTÉCNICAS”

Te presentamos 2 estrategias para memorizar una serie de palabras:

Acrónimos: Construye una palabra nueva formada por las primeras letras de cada una de las palabras a memorizar. Ej: **ADN** – Acido Desoxirribo Nucléico

Acrósticos: Construye una frase que contenga las palabras a memorizar o partes de ellas. Ej.: Para aprenderse las Carabelas de Colón: **“Santa María, qué Pinta tiene la Niña!”**



HERRAMIENTA 3: “LADRONES DEL TIEMPO”



Cuando te pongas a estudiar, hay muchas cosas que pueden distraerte (teléfono móvil, tablets, TV, ruidos, desorden en tu mesa, etc.). Son lo que llamamos los “ladrones del tiempo”. Identifica cuáles son tus “ladrones del tiempo” y elige qué hacer con ellos.