

# TUS

# MEJORES

# TÉCNICAS ESTUDIO

**@psico\_mporienta**



**ORDENA**



**ENUMERA**



**CLASIFICA**



**ESTRUCTURA**



# SUBRAYADO

Identificar las PALABRAS clave de un TEXTO

Ahorrar tiempo de estudio y favorecer el estudio ACTIVO

Acortar y sintetizar la información

**RECUERDA**

SI SUBRAYAS TODO,  
NO DESTACAS NADA

**1** LECTURA COMPRENSIVA

**CONSEJOS**

Busca toda la  
información que  
precises para  
ese TEMA concreto  
(libros, diccionario,  
Google, app,...)

Usa CÓDIGOS  
de color para las  
diferentes  
partes del texto

Analiza  
las PARTES  
del texto:  
ÍNDICE  
TÍTULOS  
SUBTÍTULOS  
EPIGRAFES  
ACLARACIONES

**2** PÁRRAFO A PÁRRAFO

TÍTULOS

PALABRAS  
CLAVE

AUTORES

FECHAS

CONTENIDO IMPORTANTE

**3**

**RESALTAR**

J  
E  
R  
A  
R  
Q  
U  
I  
A

C  
O  
L  
O  
R  
E  
S

H  
A  
Z  
T  
E  
P  
R  
E  
G  
U  
N  
T  
A  
S

@psico\_mporienta

# SUBRAYADO

**Crea tu propio CÓDIGO de COLORES**

**Mejoras tu COMPRENSIÓN y MEMORIZACIÓN**

## CONSEJOS

IDEAS COMPLICADAS

*Explica con tus PALABRAS*

ANOTA DUDAS

**LEER** antes de subrayar el **TEXTO**

Establece **NEXOS** previos

Acompaña el subrayado con **SIMBOLOS**

Obtener visión general de puntos principales

DESTACA SECCIONES

COLORES DIFERENTES

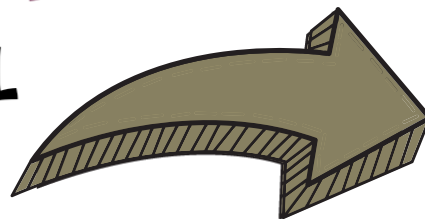
**RECUERDA**

**Apaga tu MÓVIL**

**Bebé agua**

**Haz DESCANSOS**

**Come sano**



**Cada día**

**Cada hora**

**Cada minuto**

**CONSTANCIA**

**@psico\_mporienta**

# PLANTILLA

TÍTULOS

PALABRAS  
CLAVE

AUTORES

FECHAS

CONTENIDO IMPORTANTE

USAR  
SÍMBOLOS  
Y  
SEÑALES

IDEA PRINCIPAL

IDEA SECUNDARIA

CONTENIDOS ACLARATORIOS

IDEAS  
POR  
PÁRRAFOS

IDEA FINAL

RESALTAR  
CON  
COLORES

ACLARACIONES  
ANOTACIONES

@psico\_mporienta

# MAPA CONCEPTUAL

PRESENTACIÓN RÁPIDA DE LA INFORMACIÓN

Red de conceptos relacionados

Representación gráfica jerarquizada

## CONSEJOS

Dibuja una imagen central, desde el centro  
coloca ideas secundarias

Dibuja un diagrama  
con una  
**PALABRA**  
central

Conecta  
diferentes  
**CONCEPTOS**

Usa conectores  
que asocien y  
organicen  
**IDEAS**

**miMind**  
**Mindomo**

T-PlotTimeline Maker

## PALABRA CENTRAL

IDENTIFICA

conceptos principales

SUBDIVIDE

idea principal

PALABRAS SECUNDARIAS

**CONECTOR**

ORDENA  
conceptos

NIVELES  
de  
JERARQUÍAS

**CONCEPTOS**

CONTENIDO  
IMPORTANTE

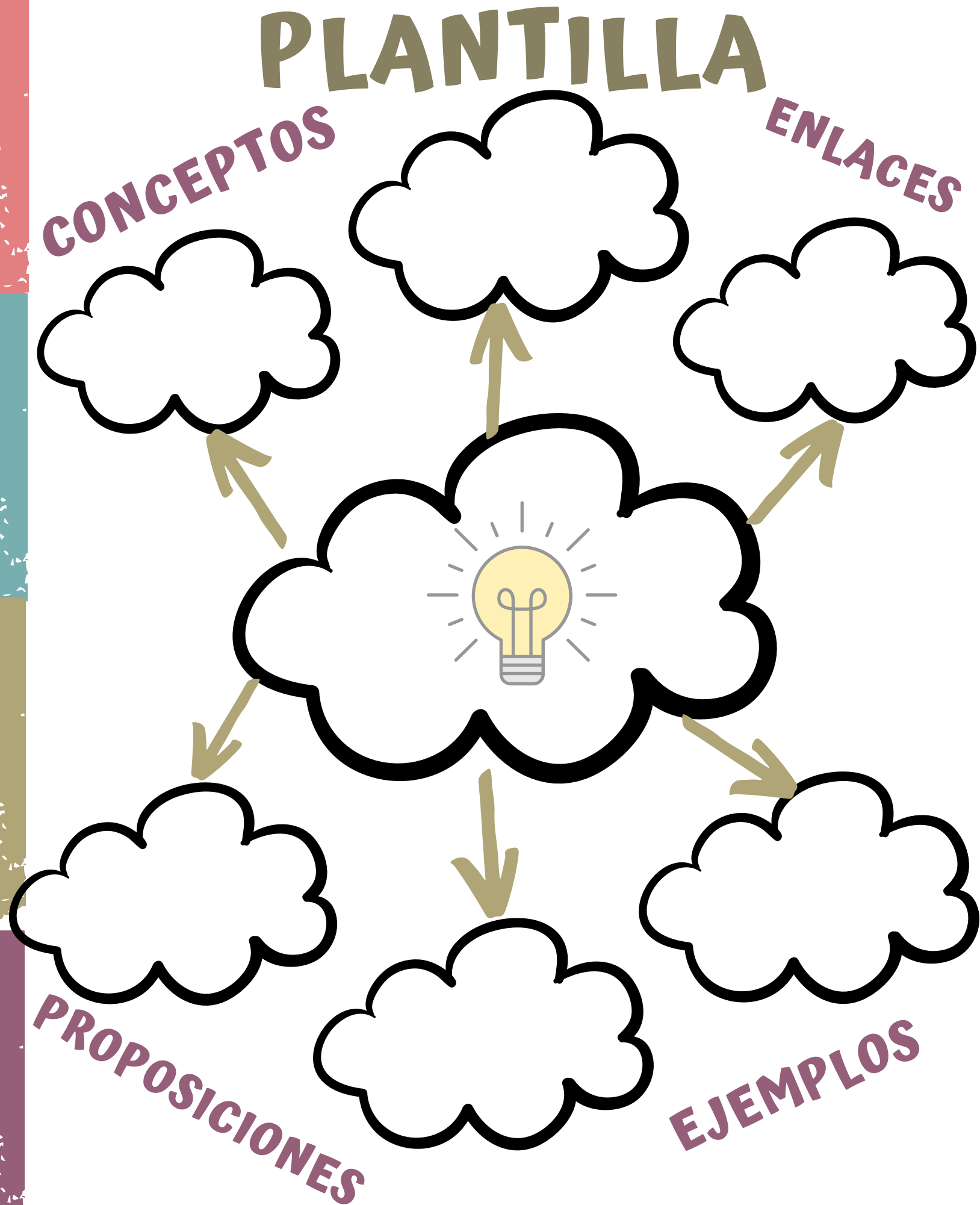
**PROPOSICIONES**

UNIÓN DE VARIOS  
CONCEPTOS

**ENLACES**

PALABRAS  
PARA  
CONECTAR

@psico\_mporienta



**@psico\_mporienta**



# ESQUEMA



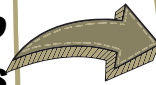
División sintetizada del TEMA en pequeños párrafos con flechas, líneas, llavero,...

Herramienta para comprobar los aprendizajes adquiridos

## CONSEJOS

USA FLECHAS, LÍNEAS, LLAVES, ...LAS IDEAS MÁS IMPORTANTES EN RAMAS MÁS GRUESAS Y SECUNDARIAS EN RAMAS MÁS FINAS.

Lee el texto para comprenderlo  
Subraya conceptos IMPORTANTES



Anota en un papel ideas principales y secundarias



Ordena y relaciona ideas mediante flechas

## USA COLORES

Resaltar la información favorece su retención

**IDEA PRINCIPAL**

Plasmar la idea más importante

**LO MÁS IMPORTANTE**

**IDEA SECUNDARIA**

Ejemplos para reforzar idea principal

**DETALLES**

Argumentos que den apoyo a esa idea

**CÓMO, QUIÉN, CUÁNDO,...**

**IDEAS COMPLEMENTARIAS**

Aportar información EXTRA

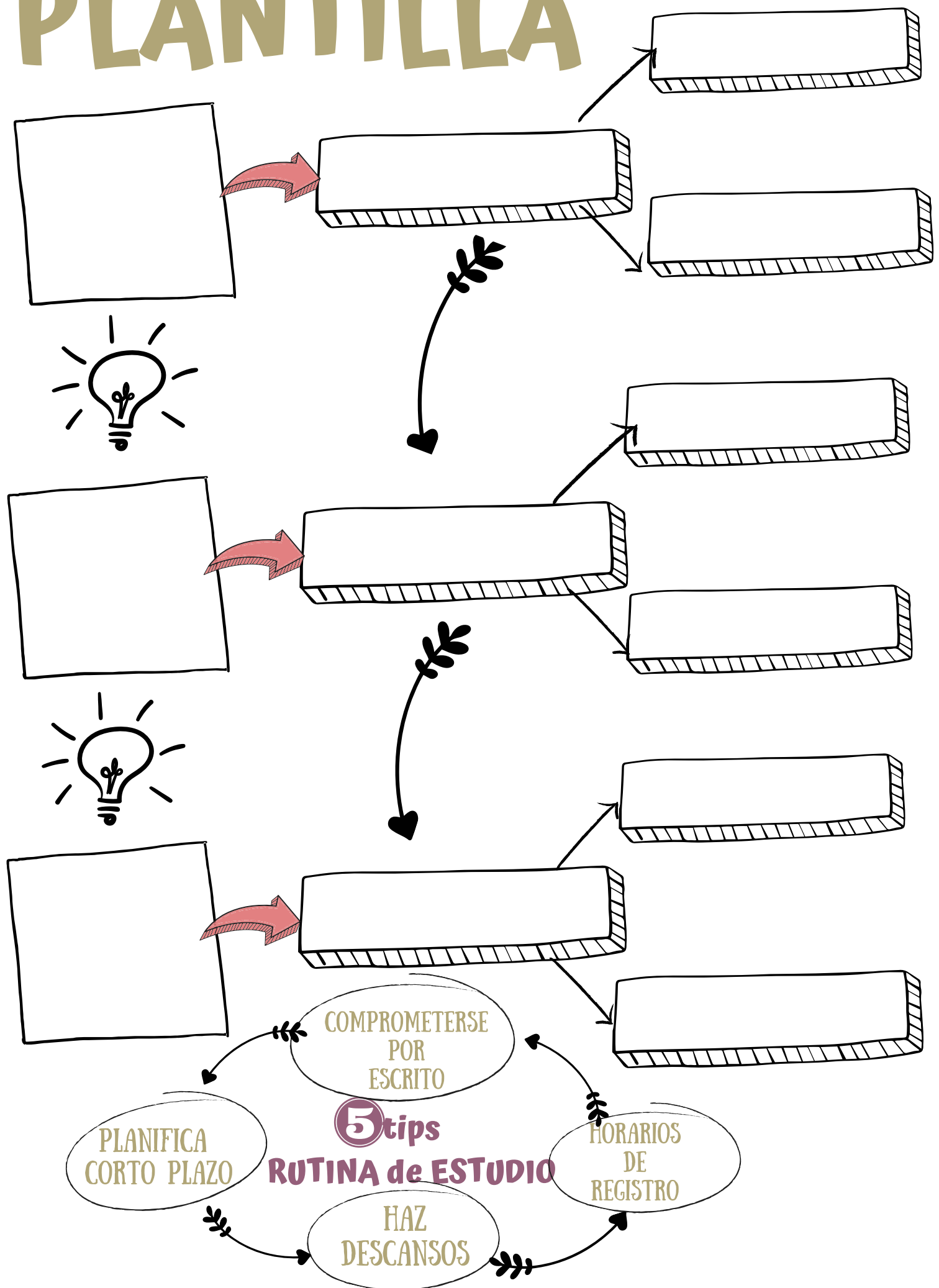
@psico\_mporienta

CLASIFICA

FLECHAS  
LLAVES  
LÍNEAS



# PLANTILLA



@psico\_mporienta



# ESTRUCTURA

## MI RENDIMIENTO

### ENSEÑATE A TI MISMO

**Recita la materia para fortalecer tu MEMORIA**

**ESCRIBE** 

**Escríbelo varias veces para facilitar tu RETENCIÓN**

**PÁGINA EN BLANCO** 

**Escribe todo lo que recuerdes del tema**

**GRABATE** 

**Escuchate explicando la materia**

**DISCUTE** 

**Discute el temario con otros compis**

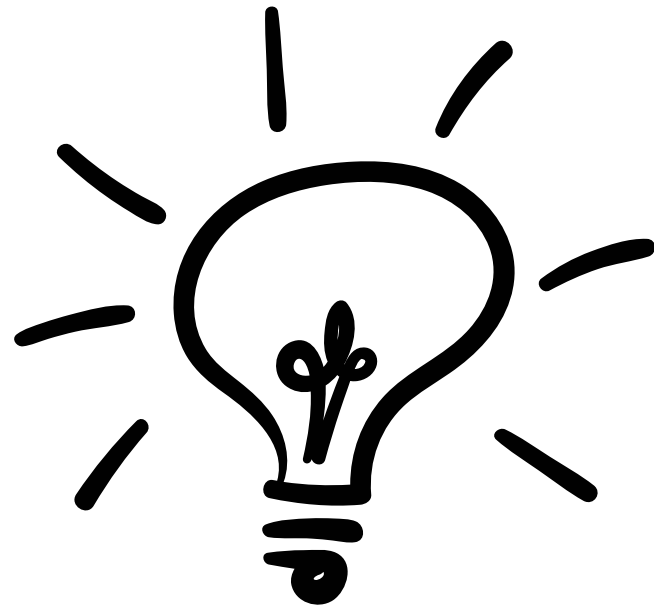
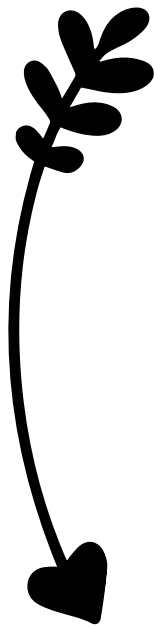
**@psico\_mporienta**

R E C U E R D A



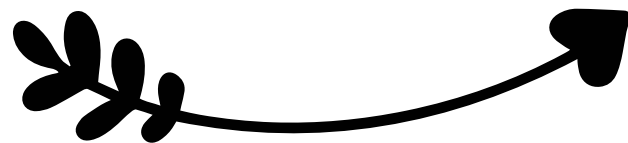
M E G U S T A

C O M E N T A



C O M P A R T E

G U A R D A



G R A C I A S



@psico\_mporienta