

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

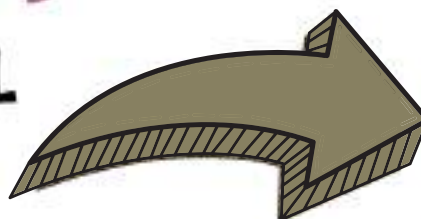
RECUERDA

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

CONTENIDO
1

CONTENIDO
2

CONTENIDO
3

CONTENIDO
4

CONCEPTOS

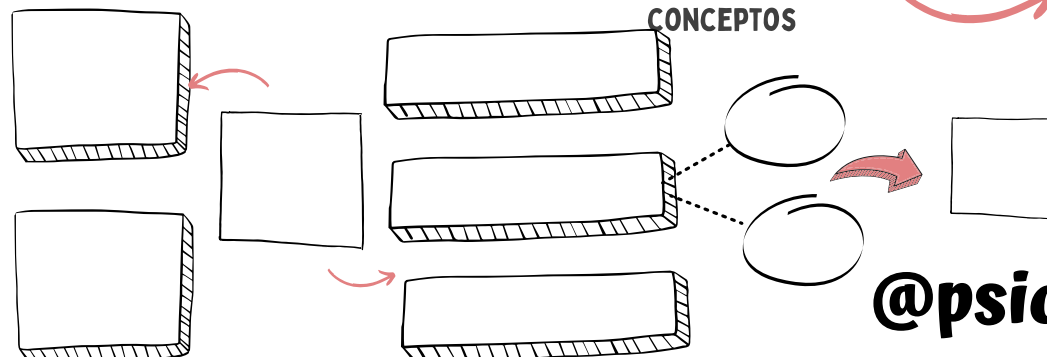
CONTENIDO
IMPORTANTE

PROPOSICIONES

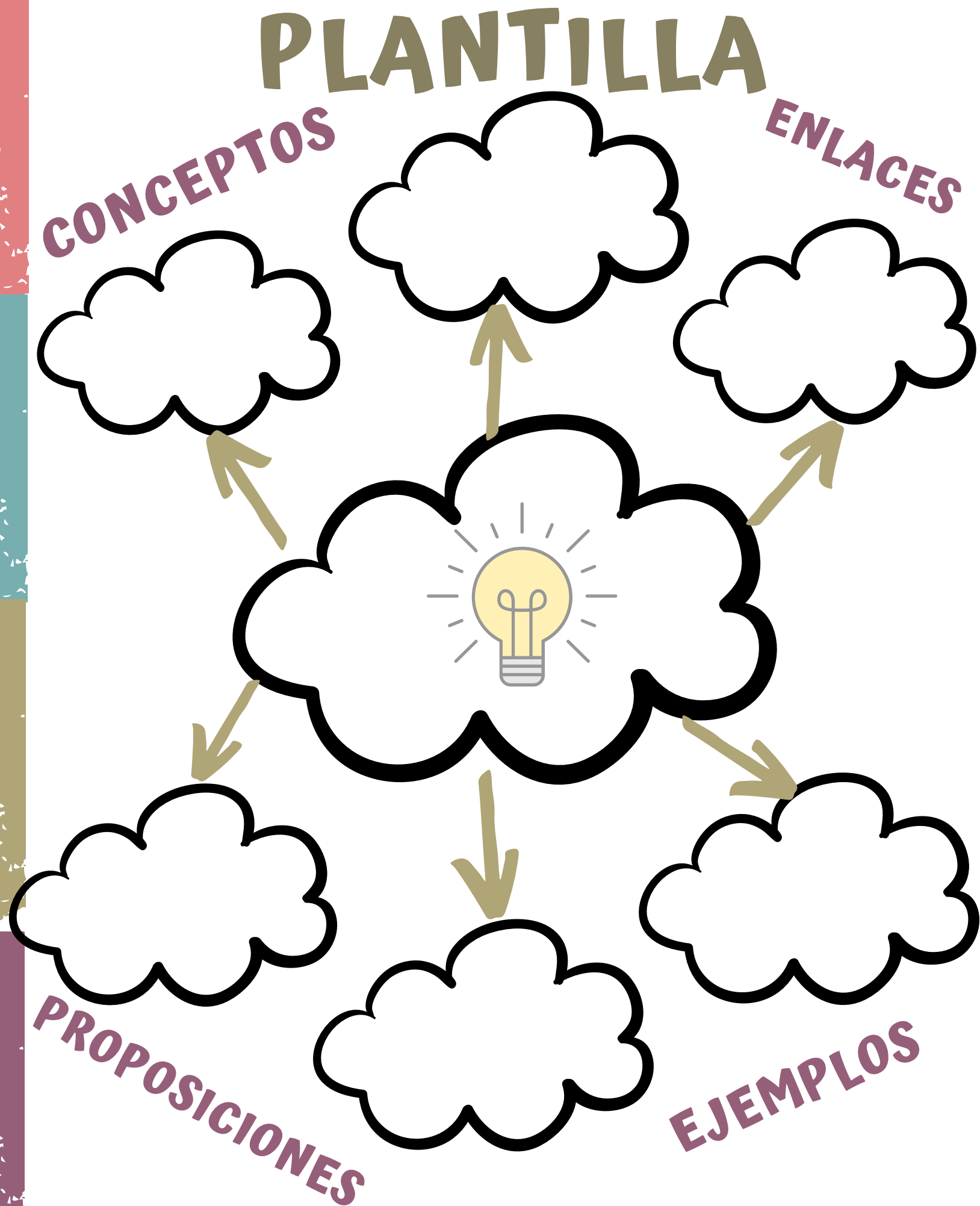
UNIÓN DE VARIOS
CONCEPTOS

ENLACES

PALABRAS
PARA
CONECTAR



@psico_mporienta



@psico_mporienta

ESQUEMA



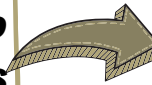
División sintetizada del TEMA en pequeños párrafos con flechas, líneas, llavero,...

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

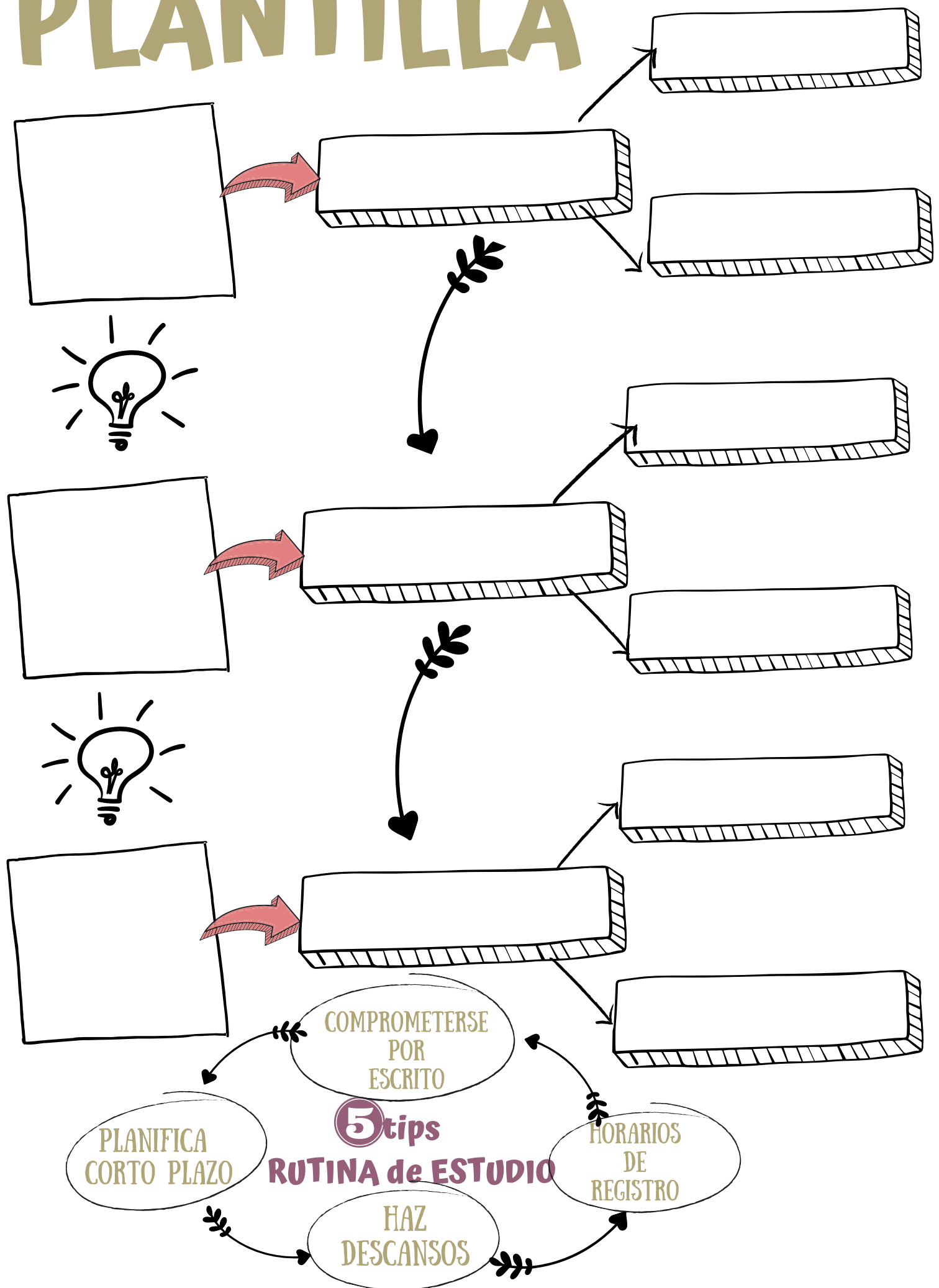
@psico_mporienta

CLASIFICA

FLECHAS
LLAVES
LÍNEAS



PLANTILLA



@psico_mporienta

ESTRUCTURA

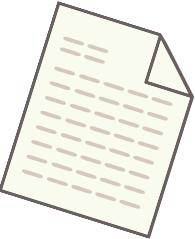
MI RENDIMIENTO

ENSEÑATE A TI MISMO

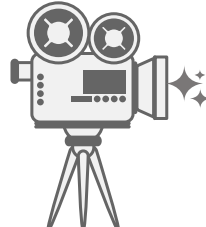
Recita la materia para fortalecer tu MEMORIA

ESCRIBE 

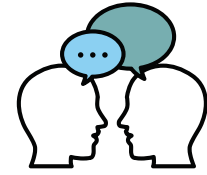
Escríbelo varias veces para facilitar tu RETENCIÓN

PÁGINA EN BLANCO 

Escribe todo lo que recuerdes del tema

GRABATE 

Escuchate explicando la materia

DISCUTE 

Discute el temario con otros compis

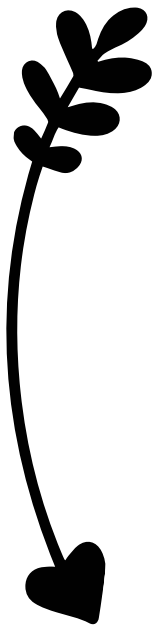
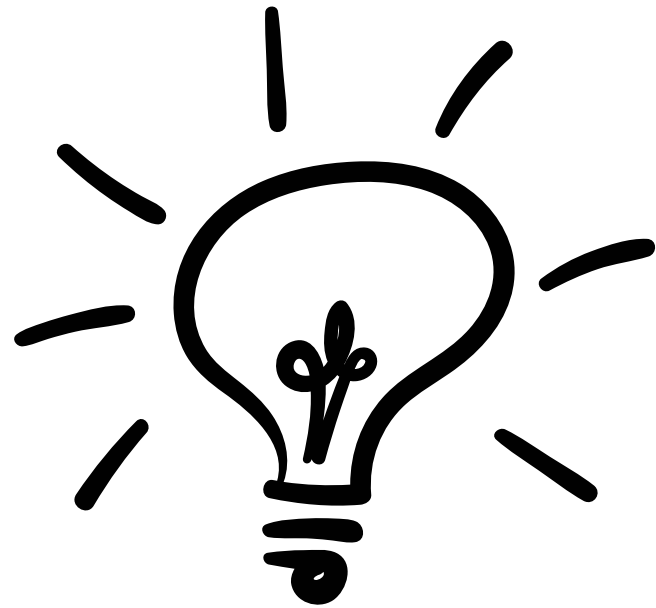
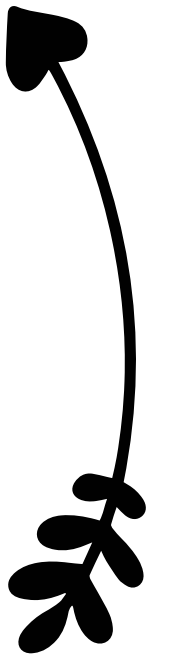
@psico_mporienta

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