



# TÉCNICAS DE ESTUDIO

GUÍA IMPRIMIBLE

Por: Georgina Corn-  
Psicopedagoga.  
Mat.nro: 186.756



*Yo Si  
Puedo*

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO



Yo Si  
Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

# TÉCNICAS DE ESTUDIO

El momento de estudiar suele generar ansiedad, miedo e inseguridades.

La idea de esta guía, es que te sea útil para cada vez que necesites estudiar y que puedas tenerla "a mano" y utilizarla como mejor te convenga en ese momento, o simplemente, como mejor se adapte a tu estilo de aprendizaje.

## ¿Qué son las TÉCNICAS DE ESTUDIO?

Son herramientas que permiten procesar y reorganizar la información.

Es decir, actividades que realizamos para aprender.

Buscan facilitar e interiorizar los conocimientos mediante una lista de acciones ordenadas con el fin de aprovechar mejor los recursos intelectuales y mejorar el rendimiento académico



Yo Si  
Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

## Antes de empezar a estudiar, tené en cuenta:

- ✓ Contar con todo el material necesario: carpeta completa, libros y/o textos, apuntes de clase correspondientes a la/s asignatura/s, entre otros.
- ✓ Tratá de planificar el momento de estudiar.  
¿Cómo?
  - 1 Anotando las fechas más próximas, especificando qué debés entregar o rendir en ese día y armando una agenda o simplemente una lista.
  - 2 Tratá de colocar esa lista en un lugar que puedas verla fácilmente y así, tenerla a mano.
  - 3 Ponete horarios para estudiar teniendo en cuenta las demás actividades que realizás (escuela, deportes; etcétera)
  - 4 Tratá de que el horario o tiempo que destines sea fácil de cumplir
- ✓ Buscá un lugar en el que puedas estar cómodo, tranquilo y en lo posible, libre de distracciones y ruidos.



Yo Si  
Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO



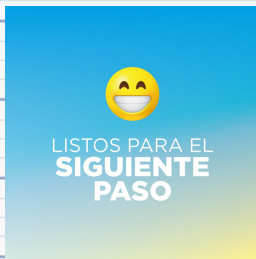
Si estás muy cansado o te estás aburriendo, es momento de parar.

**IMPORTANTE**

Alterná el tiempo de estudio con momentos de ocio.



Si podés dedicarle al estudio al menos una hora al día, ¡sería genial!



¡AHORA SÍ! Una vez que hayas podido organizarte, podés comenzar.

**Recordá**

Existen varias técnicas de estudio pero no a todos les sirven las mismas, ya que cada uno aprende de forma diferente.



Yo Si Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO



## LECTURA



**Es la principal técnica de estudio.** Ya que para poder aplicar las demás, es necesario, en primer lugar, haber leído el material.

- Es importante que leas mucho y en voz alta.
- Tratá de tener un diccionario a mano, para buscar aquellas palabras que no conocés y buscar, por ejemplo, sinónimos. Esto te ayudará a comprender mejor el texto.
- Para acercarte al tema o idea del texto, podés comenzar leyendo los títulos y/o subtítulos del mismo.
- Mirar los dibujos o esquemas que hayan en la página.
- Imaginate de qué se puede tratar lo que vas a leer y tratá de buscar en la memoria todo lo que se conozcas sobre ese tema.



Yo Sí  
Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

➤ A medida que avanzás en la lectura es muy importante que vayas verificando la comprensión, es decir, revisar si vas entendiendo lo que lees.

**IMPORTANTE**

**No sólo se trata de leer, sino de comprender de qué se trata el texto**

**2**

**SUBRAYADO**



**RECORDÁ ANTES HABER LEÍDO EL TEXTO.**

➤ Lo que subrayes tiene que tener sentido, se debe poder comprender.

➤ Podés utilizar resaltadores de distintos colores, por ejemplo, para las ideas principales, secundarias, complementarias, entre otras.



Yo Si  
Puedo

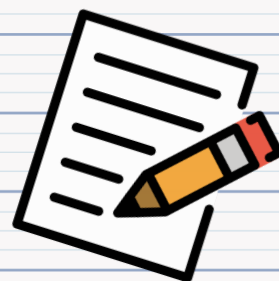
ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

➤ Podés subrayar: títulos o ideas principales, subtítulos, palabras clave, definiciones, ejemplos, fechas importantes.

➤ Esto te va a permitir destacar lo principal y hacer manejable la información.



## ANOTACIONES



➤ Generalmente se hacen al margen y su función es la de resumir muy detalladamente y con palabras propias la idea principal de cada párrafo.

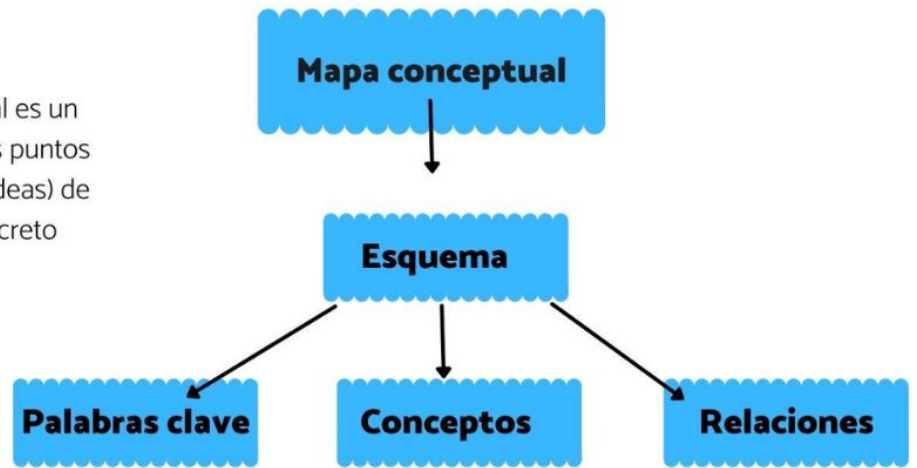


Yo Si  
Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

## 4 MAPA CONCEPTUAL

Un mapa conceptual es un esquema que une los puntos más importantes (o ideas) de algún tema en concreto



- Herramienta gráfica que se va a fundamentar en las relaciones que contienen los conceptos, los cuales van a estar explicados de una forma jerárquica.
- Las flechas oficiarán de conectores para armar oraciones fáciles de entender.
- Permite organizar la información y comprender los conceptos.

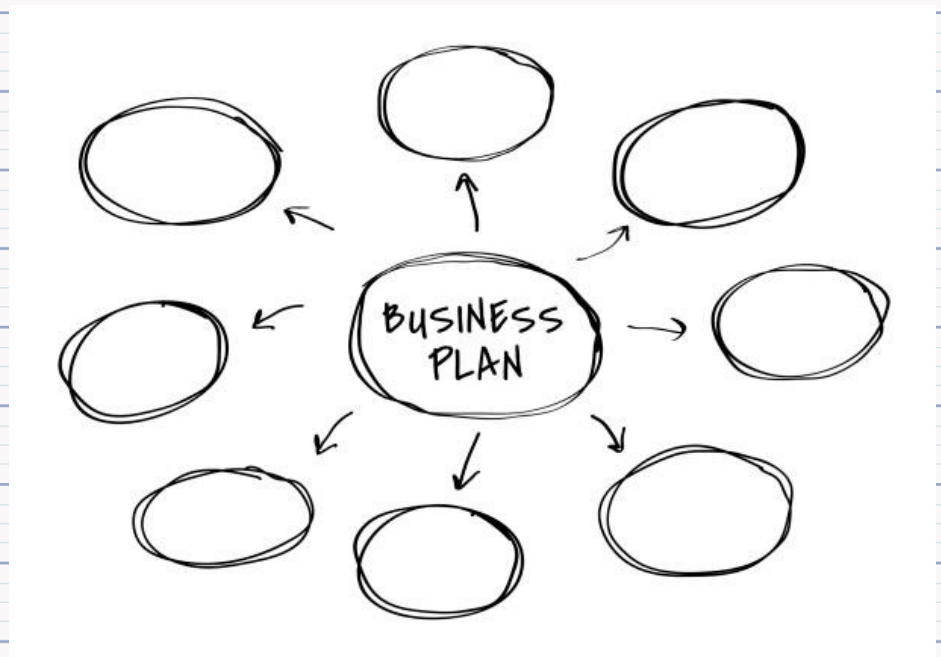
# 5

## MAPA O RED MENTAL



Yo Si Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO



- Técnica que permite utilizar imágenes, colores, dibujos, códigos, etcétera.
- La información se organiza del centro hacia la periferia.
- Método eficaz para extraer y memorizar información.
- De esa palabra, frase o texto que se encuentra en el centro; derivarán ideas, palabras y conceptos.



Yo Si Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

# 6

## CUADRO COMPARATIVO

Cultura	Griega	Romana	Etrusca
Año	1100 a.C. hasta el año 146 a.C.	Siglo VII a.C.	Siglo IX a.C. -I A.C.
Arquitectura	Tres tipos de órdenes: dórico, jónico y corintio.	Bóvedas semiesféricas de cañón,	El arco, la bóveda y la cúpula. Columnas de orden dórico. Murallas
Escultura	La que aparece en las construcciones arquitectónicas y la estética. Relieve y retratos, movimiento de las obras.	Influencia helenística, sobresale retrato y relieve. Bajo relieve. Realismo.	Asimilan en realismo característico del retrato romano, Busto de bronce.
Pintura	Colores rojo, azul, negro y amarillo.	Técnicas: fresco, temple y la encáustica	Arte funerario y mitológico. Perfil.
Ubicación.	Actual Grecia.	Actual Italia	Dominaba gran parte del sur de Italia.

➤ Se compone gráficamente por medio de filas y columnas.

➤ Para hacerlo es necesario leer el texto buscando los temas que se repiten en los diversos títulos o subtítulos.

➤ Va a permitir identificar semejanzas y diferencias de dos o más objetos o hechos.



Yo Si Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

➤ Para poder graficarlo se debe establecer el sentido de la comparación y, para ello, se deben tener las ideas claras.

➤ Va a permitir identificar semejanzas y diferencias de dos o más objetos o hechos.

➤ Es una excelente técnica para ordenar ideas.

7

## RESUMEN



➤ Resumir consiste en transformar un texto largo en otro más corto que contenga únicamente las ideas que consideramos importantes.



Yo Si Puedo

ESPACIO PSICOPEDAGÓGICO

- Implica expresar con palabras propias la información que da un texto, tal como se lo entiende.
- Para hacerlo se debe leer el texto y luego expresar las ideas que se consideren importantes.
- Reescribir lo que se va leyendo, respetando la estructura del texto, es decir, títulos y subtítulos.
- Separar por párrafos y marcando en cada uno las ideas principales y/o secundarias y transcribir lo subrayado en cada párrafo.
- Se tomarán las ideas y aspectos más relevantes dejando fuera las propias interpretaciones o críticas.
- Suele ser útil para emplear en textos que relatan hechos o que contienen mucha información sobre un tema.

¡ESPERO QUE TE SIRVAN!  
¡CONFIÁ EN VOS, VAS A PODER!