TÉCNICAS DE ESTUDIO

SERVICIO DE PSICOLOGÍA

Colegio Padres Somascos

Un lugar para crecer

fundación educere

MÉTODO PLEMA

Seguimos estos pasos al estudiar.

P relectura

L ectura Comprensiva y Subrayado

E squematización

M emorización

A utoevaluación

fundación educere

Colegio Padres Somascos

Un lugar para crecer

PRELECTURA

Leer rápidamente el tema para saber de qué trata.

Nos preguntamos:

- ¿Qué relación tiene este tema con el anterior?
- ¿Qué se yo de este tema?
- ¿Podría decir o dar alguna opinión sobre el tema?

LECTURA COMPRENSIVA Y SUBRAYADO

Lectura analítica en la que nos preguntamos:
¿Cómo? ¿Por qué? ¿Cuándo? ¿Dónde?
Subrayamos con lápiz o escribimos las ideas principales en una hoja o en un doc en el ordenador.
Importante: los título, ideas principales, ideas secundarias, ejemplos.

Colegio Padres Somascos
Un lugar para crecer

fundación educere

ESQUEMATIZACIÓN

Ordena jerárquicamente las ideas principales de un texto.
Se esquematiza todo lo que se debe memorizar.
Utiliza colores, dibujos, abreviaturas personales,
Guarda los esquemas para cuando tengas que repasar.
Estudiar con esquemas facilita la asociación ordenada de ideas.

MEMORIZACIÓN

- REPETIR EN VOZ ALTA.
- REPETIR MENTALMENTE CON TUS PALABRAS.
- TÉCNICAS DE MEMORIZACIÓN:

CADENA: IMAGINAR LAS PALABRAS O CONCEPTOS QUE TIENES QUE RECORDAR.

HISTORIETA: INVENTAR UNA HISTORIA.

LUGARES: ASOCIACIÓN DE CONCEPTOS CON LUGARES.

ACRÓSTICOS: PALABRA CREADA CON LA INICIAL O PRIMERAS SÍLABAS DE LAS PALABRAS QUE QUEREMOS RECORDAR.

fundación educere

Colegio Padres Somascos
Un lugar para crecer

AUTOEVALUACIÓN

1. Comprobar si me sé lo estudiado.
2. Pregúntate oralmente o por escrito.
3. Comprueba si recuerdas bien el esquema.
4. Los padres/madres pueden participar activamente en esta fase del estudio.

"Adquirir desde jóvenes tales o cuales hábitos no tiene poca importancia: tiene una importancia absoluta."

Aristóteles

Colegio Padres Somascos

Un lugar para crecer

fundación educere