

# TUS

# MEJORES

# TÉCNICAS ESTUDIO

**@psico\_morienta**

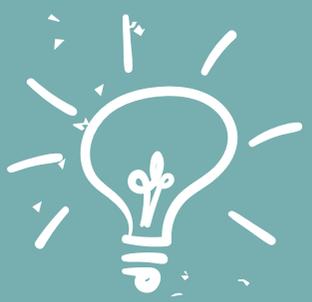


**ORDENA**

**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 precisas 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

JERARQUÍA

COLORES

HAZ TEPREGUNTAS

@psico\_morienta

# 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

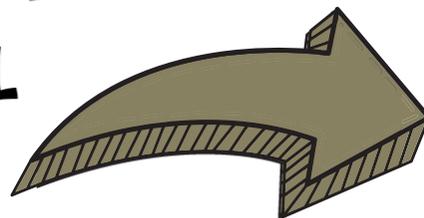
### RECUERDA

**Apaga tu MÓVIL**

**Bebé agua**

**Haz DESCANSOS**

**Come sano**



**Cada día**

**Cada hora**

**Cada minuto**

**CONSTANCIA**

**@psico\_mporienta**

# PLANTILLA

USAR  
SÍMBOLOS  
Y  
SEÑALES

TITULOS

PALABRAS  
CLAVE

AUTORES

FECHAS

CONTENIDO IMPORTANTE



RESALTAR  
CON  
COLORES

IDEAS  
POR  
PÁRRAFOS

ACLARACIONES  
ANOTACIONES

@psico\_mporienta

# ENOMERA

# 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-Plot Timeline Maker

APPS

## 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

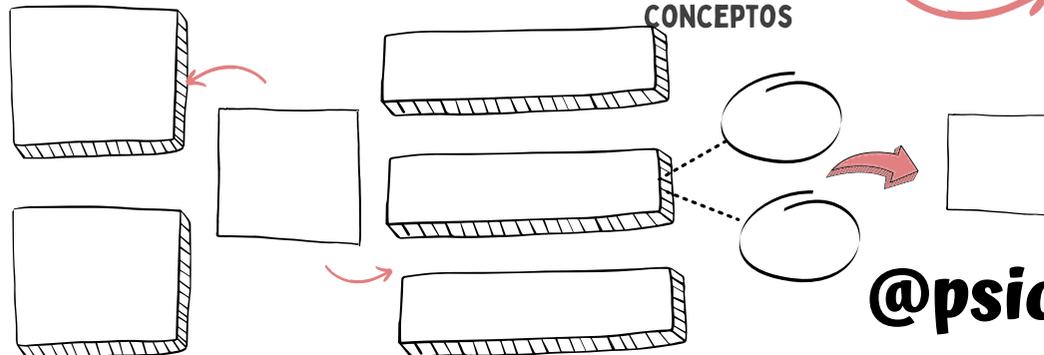
PROPOSICIONES

ENLACES

CONTENIDO  
IMPORTANTE

UNIÓN DE VARIOS  
CONCEPTOS

PALABRAS  
PARA  
CONECTAR

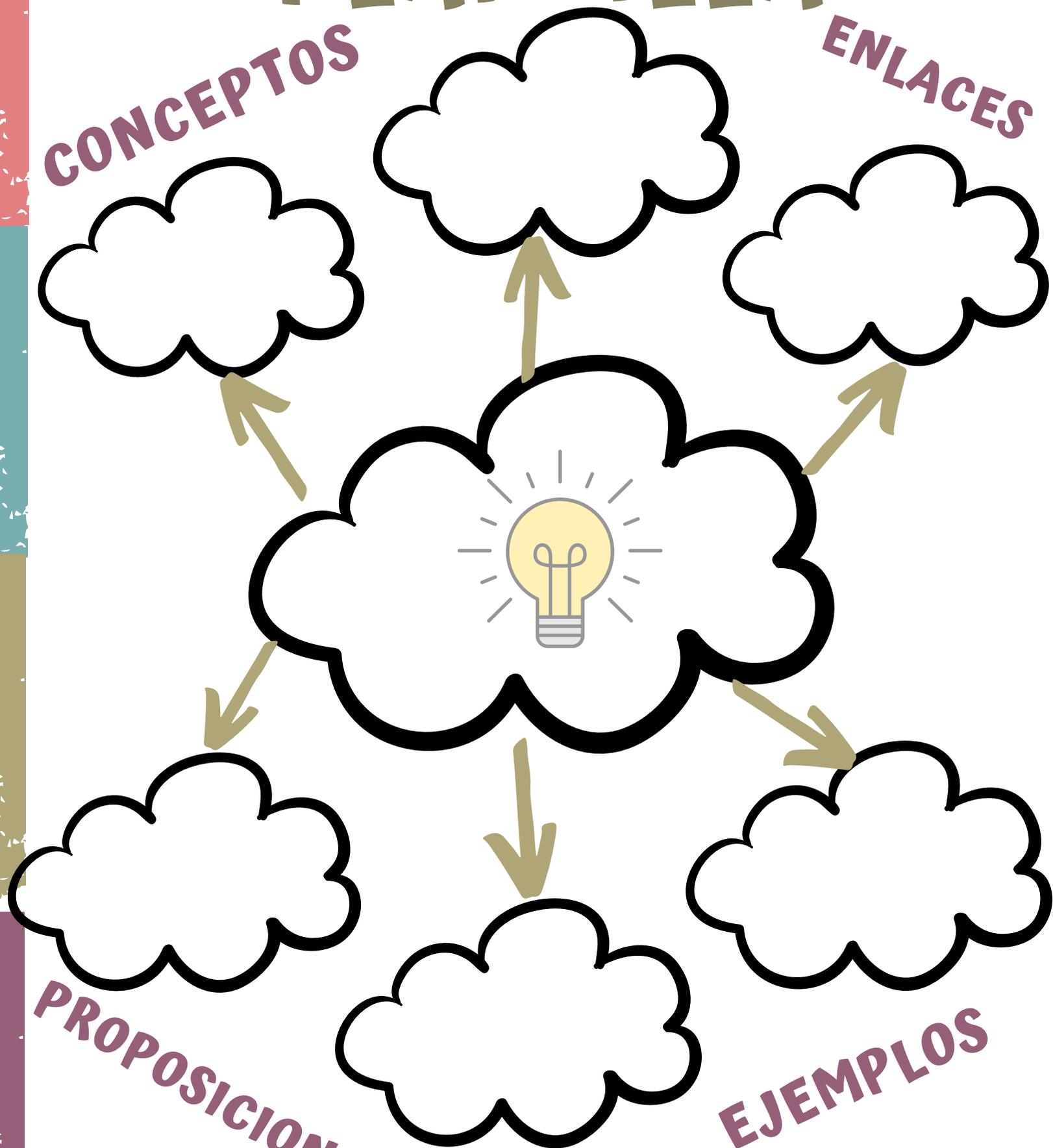


@psico\_morienta

# PLANTILLA

CONCEPTOS

ENLACES



PROPOSICIONES

EJEMPLOS

@psico\_mporienta



# CLASIFICA

# 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,..

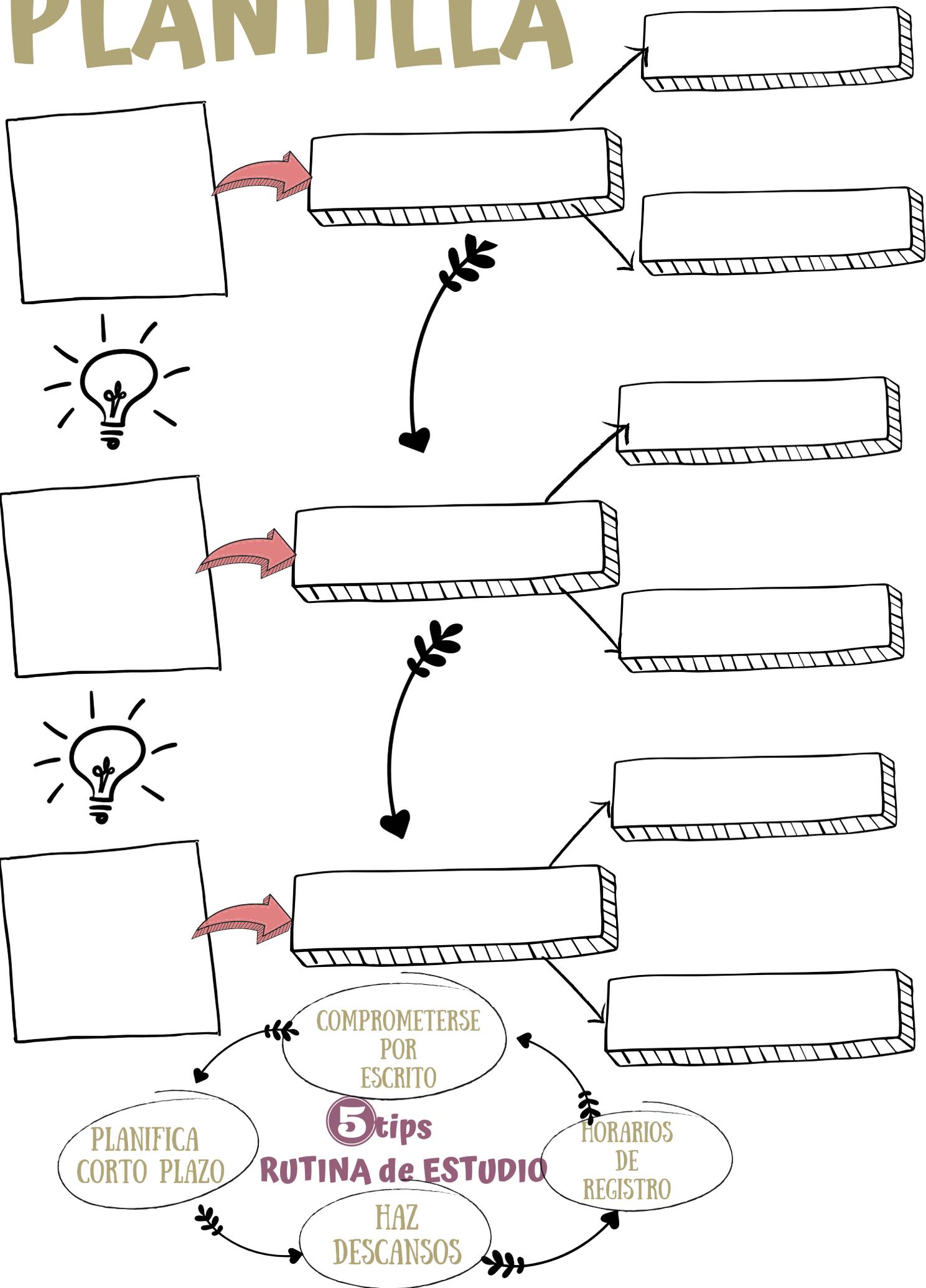
**IDEAS COMPLEMENTARIAS**

Aportar información EXTRA

FLECHAS  
LLAVES  
LÍNEAS

@psico\_morienta

# PLANTILLA



@psico\_mporienta

# ESTRUCTURA

## MI RENDIMIENTO

### ENSEÑATE A TI MISMO

Recita la materia para fortalecer tu MEMORIA

### ESCRIBE

Escribelo 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

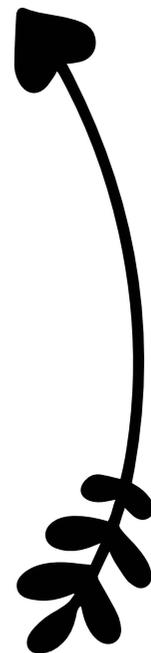
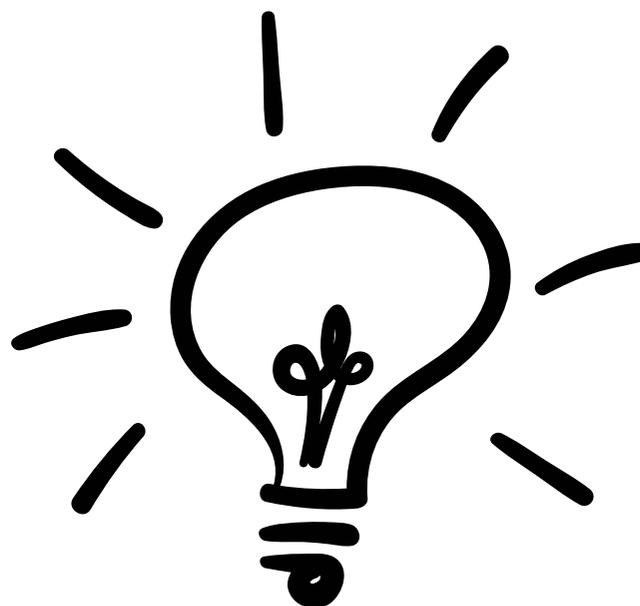
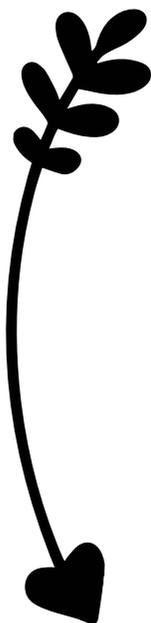
@psico\_mporienta

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