


# **EL MÉTODO DE ESTUDIO**

The background features several abstract, colorful shapes: a large purple arrow-like shape on the left, a light blue circular shape on the right, and a green shape at the top. There are also several small yellow triangular shapes scattered throughout. A faint, light blue profile of a person's head is visible on the right side.

**Una forma de  
aprovechar el tiempo y  
mejorar tus resultados**



# ¿QUÉ ES UN MÉTODO DE ESTUDIO?

Una sucesión de pasos o acciones establecidas que se repiten siempre en el mismo orden con el fin de aprender un contenido.



# ¿PARA QUÉ SIRVE UN MÉTODO DE ESTUDIO?

Para conseguir un mejor aprovechamiento del esfuerzo y del tiempo del estudiante a la hora de aprender un tema o lección.



¿PERO... QUÉ MÉTODO DE  
ESTUDIO UTILIZAR?

EL MÉTODO

2L SEMER

**2L**

**LECTURA RÁPIDA, EXPLORATORIA,  
DE TANTEO**

**LECTURA DETENIDA, DE ANÁLISIS,  
COMPENSIVA**

**S**

**SUBRAYADO**

**E**

**ESQUEMA O RESUMEN**

**M**

**MEMORIZACIÓN**

**E**

**EXPOSICIÓN EN VOZ ALTA**

**R**

**REPASO**

# LECTURA RÁPIDA, EXPLORATORIA, DE TANTEO

Consiste en  **echar un primer vistazo**  a la lección, tema, etc., para saber de qué va y  **sacar así una idea general**  del mismo.

Por tanto:

- *Lee los índices de contenidos, encabezamientos de epígrafes y capítulos, secciones o apartados, esquemas, resúmenes, gráficos... Todo cuanto te sirva para obtener una visión general del tema.*

- *Lee superficialmente el capítulo y relaciónalo con el resto de la materia.*



*Es como cuando hacemos turismo. Lo primero que hacemos es utilizar un mapa, ver dónde estamos. Realizamos un primer examen del sitio a dónde vamos y por dónde vamos.*

# LECTURA DETENIDA, DE ANÁLISIS, COMPENSIVA

Consiste en leer **detenida y comprensivamente** el tema entero por párrafos. Esta lectura lleva implícito **buscar en el diccionario** las palabras que se desconozcan, así como **escribir notas al margen** que expresen la ideas principales del texto.

*Un paso previo es activar nuestros conocimientos previos del tema.  
¿Qué sabemos ya sobre él?*

*Y a continuación formular auto preguntas sobre lo que nos gustaría saber.*

Esto es lo que se debe reflejar fundamentalmente, como "notas al margen"

- Características
- Definición
- Elementos
- Partes
- Origen
- Clases
- Causas
- Consecuencias
- Historia
- Tipos

Palabras que unas veces se hallan expresadas en el texto y otras no. En tal caso las inventaremos.@

# LECTURA DETENIDA, DE ANÁLISIS, COMPENSIVA

## *Ventajas de las "notas al margen"*

- **Ejercita el pensamiento** eliminando la memorización mecánica y sin sentido.
- Al escribir, **activa el aprendizaje** y favorece el recuerdo.
- Desarrolla la **capacidad de análisis** al tener que comprender y examinar el texto minuciosamente.
- Desarrolla la **capacidad de síntesis** al reducir a una o dos palabras la idea del párrafo analizado.
- **Facilita la comprensión** y realización de las siguientes fases del estudio como son; EL SUBRAYADO Y EL ESQUEMA.





# SUBRAYADO

Consiste en **poner una raya debajo de las palabras** que consideramos más importantes de un tema. Estas palabras deberán tener sentido por sí mismas.

## SUGERENCIAS

Subraya después de la lectura detenida. Lee un párrafo y después regresa y subraya sólo los puntos importantes. No subrayes la primera vez que leas el texto

Utiliza líneas verticales.

Coloca líneas verticales al margen para recalcar los puntos principales de varias líneas.

Utiliza asteriscos (\*)

Para los puntos principales y para otras ideas o puntos que puedan ser importantes.

Apóyate en frases de recordatorio.

Coloca al margen frases que ayuden a recordar puntos importantes.

Utiliza círculos, recuadros o líneas de colores para encerrar conceptos, ideas o subtítulos importantes.

Utiliza signos ortográficos: ¿    ¿    !    i    ( )



## ESQUEMA O RESUMEN

Son dos técnicas de **organización** de la información.

Permiten una visión más global y sintética de la información del tema.

Facilitan la memoria visual, sobre todo los esquemas.

Facilitan la fase de memorización al condensar la información y reducir su volumen.



La elección de una u otra depende del tipo de contenido o materia a estudiar y de las características o habilidades del estudiante.

SÓLO DEBEMOS  
ESQUEMATIZAR O RESUMIR  
AQUELLO QUE HAYAMOS  
ENTENDIDO PREVIAMENTE EN  
LA LECTURA DETENIDA O  
COMPENSIVA.

Consiste en **disponer gráficamente** la información del tema **organizándola** jerárquicamente en bloques y apartados.

### PUNTO DE PARTIDA: EL SUBRAYADO.

Para confeccionar un buen esquema es muy conveniente partir de un texto bien subrayado.

### PUNTO DE LLEGADA: LA MEMORIZACIÓN.

El esquema nos va a servir para la fase de memorización.



## ESQUEMA

### NORMAS PARA HACER ESQUEMAS.

- Un buen esquema debe dar una visión global y prácticamente completa del tema en cuestión.
- Las reseñas del esquema deben emplear el menor número de palabras posibles (telegráficas).
- No se puede olvidar titular el esquema incluyendo el tema o la lección a la que pertenece.
- Conviene reservar márgenes y espacios para anotaciones posteriores o rectificaciones.
- No debemos escribir en el esquema nada que no hayamos comprendido previamente.

## Algunos tipos de esquemas...

### •ESQUEMA GENERAL NUMÉRICO

#### •TÍTULO DEL TEMA

##### 1. IDEA PRINCIPAL (Básico)

1.1. Idea Secundaria 1ª de esta Idea principal.

- 1.1.1. Detalle / matiz
- 1.1.2. Detalle / matiz
- 1.2. Idea Secundaria 2ª
- 1.2.1. Detalle / matiz
- 1.2.2.
- 1.2.3.
- 1.2.3.1.
- 1.2.3.2.

##### 2. IDEA PRINCIPAL 2ª

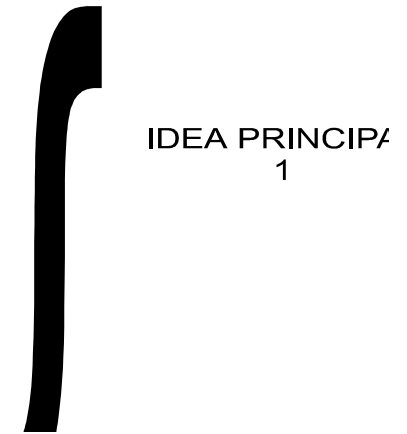
- 2.1 Idea Secundaria
- 2.1.1. Detalle / matiz
- 2.1.2.

##### 3. IDEA PRINCIPAL 3ª

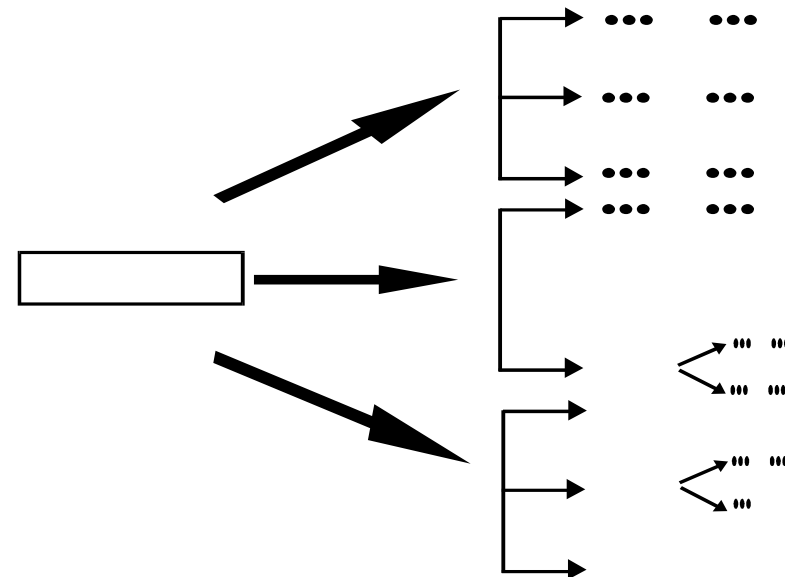
- 
- 

# ESQUEMA

### •ESQUEMA DE LLAVES



### ESQUEMA DE FLECHAS



Consiste en **condensar en pocas palabras** (párrafos muy breves o una sola frase) las ideas más importantes de un texto o, en su caso, explicación o discurso.

### **NORMAS PARA HACER RESÚMENES.**

-Antes de iniciar el resumen hay que comprobar que se ha entendido el texto: no se puede resumir lo que no se comprende.

-El criterio general sobre la extensión del resumen es que éste no debe ocupar más de una cuarta parte del texto a resumir.

- Los resúmenes tiene valor para el estudio si se guardan debidamente ordenados y clasificados.

## **RESUMEN**

### **CONFECCIÓN DEL RESUMEN.**

Si se parte de un texto subrayado, el resumen es prácticamente una transcripción del mismo.



Consiste en **incorporar la información** estudiada a nuestro "almacén" de memoria para que **podamos exponerla** sin tenerla presente.

### ¿CÓMO HACERLO?

Utilizaremos preferentemente el esquema o resumen realizado.

Se trata de leer repetidamente una parte del esquema y, a continuación, reproducirlo mentalmente o en voz alta sin verlo. Si no te lo sabes, repite la operación hasta que te lo sepas.

Iremos repitiendo el proceso con partes cada vez más grandes del esquema hasta hacerlo completo.

## MEMORIZACIÓN

### SUGERENCIAS PARA MEJORAR LA MEMORIA.

-Utilizar de más de un sentido a la vez para captar algo que nos interesa; combinar imágenes verbales y visuales.

-Pensar en pistas o claves para recordar lo aprendido y que sean significativas para nosotros.

-Si es posible, vincular el material a aprender con algo de nuestra vida.

-Relacionar lo nuevo con lo que ya se conoce

-Recordamos mejor lo raro, distinto, lo extraño o poco común.

# MEMORIZACIÓN

Las **reglas mnemotécnicas** son trucos que utilizamos para favorecer el recuerdo (memorización)

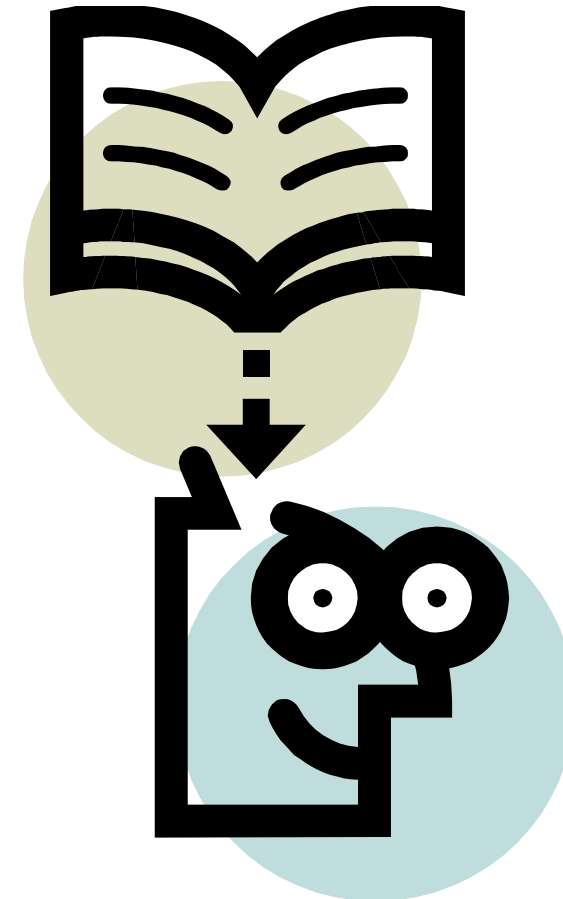
- **Acrósticos**: consiste en formar palabras sin sentido con las iniciales de los conceptos a memorizar.

Ejemplo: Estados de los cuerpos:

sólido	líquido	gaseoso	
SO	LI	GA	=SOLIGA

- **Método de localizaciones** o lugares: consiste en ir asociando cada elemento que queremos recordar con distintas imágenes de paradas de un camino que conozcamos muy bien.

- **Método de encadenamiento** narrativo: consiste en inventar una historia donde los personajes son los elementos que queremos recordar.



# EXPOSICIÓN EN VOZ ALTA

Consiste en **repetir la información** en voz alta o para uno mismo hasta ser capaz de hacerlo sin tenerla delante.

Es la comprobación de que se ha adquirido correctamente la información.



## ALGUNAS SUGERENCIAS...

Se puede grabar en audio para comprobar después con el texto delante si se ha hecho bien.

Se puede pedir a alguien que compruebe, con la lección delante, si la reproducimos bien.

En un primera exposición se pueden tener delante los títulos o epígrafes del tema.



## REPASO

Consiste en **repetir en sucesivas ocasiones** las fases de Memorización y Exposición en voz alta del Método de estudio.

Se trata de evitar el olvido y “fijar” los contenidos.

Para **contrarrestar el olvido** haz lo siguiente:

**Estudia de forma espaciada**, aprendiendo los temas en varias sesiones, no de una sentada.

**Alterna las materias.** Rota tus asignaturas siguiendo este ejemplo: Lengua, Matemáticas, Sociales, Inglés...

**Revisa frecuentemente** el material estudiado con el fin de no olvidar los conocimientos adquiridos.



## REPASO

### ALGUNAS SUGERENCIAS...

-El primer repaso consiste en la repetición inmediata de la fase de Exposición en voz alta tras haberla "superado".

-Los repasos siguientes sería bueno que se pudieran hacer al día siguiente.

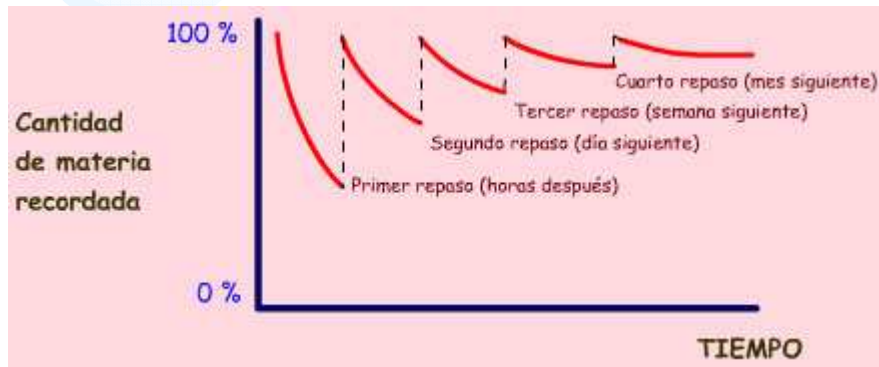
-Destinar una día a la semana para repaso general de materias: por ejemplo viernes tarde, sábado mañana, etc.

- Repasar sólo apuntes, esquemas, resúmenes o textos subrayados. En el primer repaso puedes hacer una lectura rápida del tema.



# REPASO

Todos sabemos que, después de aprender algo, según va pasando el tiempo, recordamos cada vez menos información. Aquí tienes la expresión gráfica y precisa de esta idea.



El secreto es programar repasos periódicos que pueden espaciarse según pasa el tiempo. Vemos que con cada repaso la materia no se olvida tan rápidamente.