

TÉCNICAS DE TRABAJO INTELECTUAL



TÉCNICAS DE ESTUDIO

Colegio Sagrada Familia de Urgel. Departamento de Orientación



TÉCNICAS DE TRABAJO INTELECTUAL

1. DESTREZAS ACADÉMICAS

- Técnicas de Estudio

2. DESTREZAS SOCIALES.

- Habilidades sociales, de trabajo en grupo ...

3. DESTREZAS DE INVESTIGACIÓN



TÉCNICAS DE ESTUDIO

1. CONDICIONANTES DEL ESTUDIO.
2. PRINCIPALES PROBLEMAS QUE AFECTAN A LOS ESTUDIANTES.
3. DÓNDE ESTUDIAR.
4. QUÉ Y CUÁNDO ESTUDIAR.
5. CÓMO ESTUDIAR.
6. ESTRATEGIAS PARA UN ESTUDIO EFICAZ.



1. CONDICIONANTES DEL ESTUDIO

PODER = **Capacidad** + **Aptitudes** +
Aprendizaje + **Conocimientos** +
Disponibilidad Emocional

QUERER = **Motivación** y **esfuerzo**

SABER = **Técnicas de Estudio**

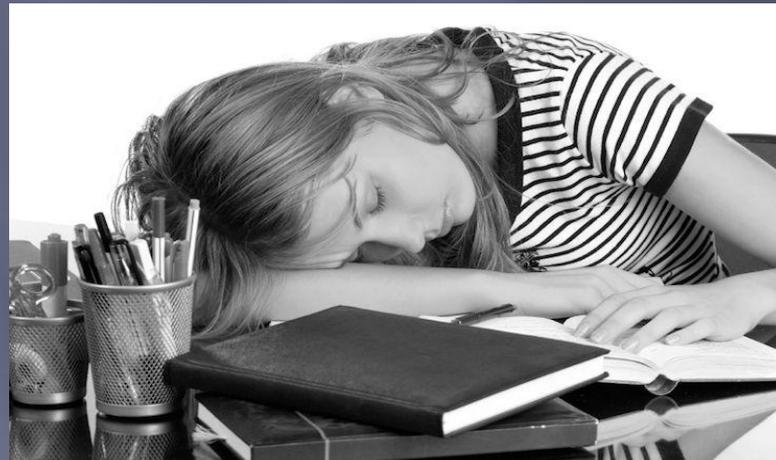


2. PRINCIPALES PROBLEMAS QUE AFECTAN A LOS ESTUDIANTES



FALTA DE
PLANIFICACIÓN
Y
ORGANIZACIÓN

FALTA DE UN
MÉTODO
ADECUADO
DE ESTUDIO



3. DÓNDE ESTUDIAR

- El lugar de estudio debe ser siempre el mismo (para evitar distracciones)
- Habitación suficientemente silenciosa
- No se debe estudiar viendo la televisión, ni escuchando la radio, ni delante del ordenador, ni con el móvil encendido, ...
- Hay que tener buena iluminación (ambiental + flexo)
- Temperatura de la habitación adecuada (ni calor, ni frío) y el lugar debe ser aireado periódicamente
- Mesa de trabajo amplia y silla cómoda.



4. QUÉ Y CUÁNDO ESTUDIAR

HORARIO DE ESTUDIO



SE PARTE DEL HORARIO DE CLASES



SE HACE EL HORARIO SEMANAL



SE ORGANIZA EL ESTUDIO DIARIO



5. CÓMO ESTUDIAR

L 2 S E R



ESTRATEGIAS PARA UN ESTUDIO EFICAZ (1)

LECTURA



ES UNA TÉCNICA DE ESTUDIO FUNDAMENTAL. ALGUNOS DEFECTOS A EVITAR SON :

Leer palabra por palabra

Vocalizar

Subvocalizar

Volver atrás

Señalar con el dedo

Mover la cabeza



SUBRAYADO



CONSISTE EN RESALTAR LAS IDEAS PRINCIPALES DEL TEXTO PARA FACILITAR SU ESTUDIO Y MEMORIZACIÓN



Reglas para el subrayado

- Lectura comprensiva
- Subrayado párrafo a párrafo
- Palabras claves
- Utilizar colores
- Diferentes señales o signos

ESTRATEGIAS PARA UN ESTUDIO EFICAZ (2)

RESUMEN

Recoger las ideas básicas de un texto para su posterior estudio (a mi estilo)

SÍNTESIS

Recoger las ideas básicas de un texto para su posterior estudio (literal)

ESQUEMAS

Organización de ideas para que nos facilite su visión global.

Relacionar unas ideas con otras o con el conjunto del tema.

IDEA PRINCIPAL
(TÉCNICA DE SUBRAYADO)

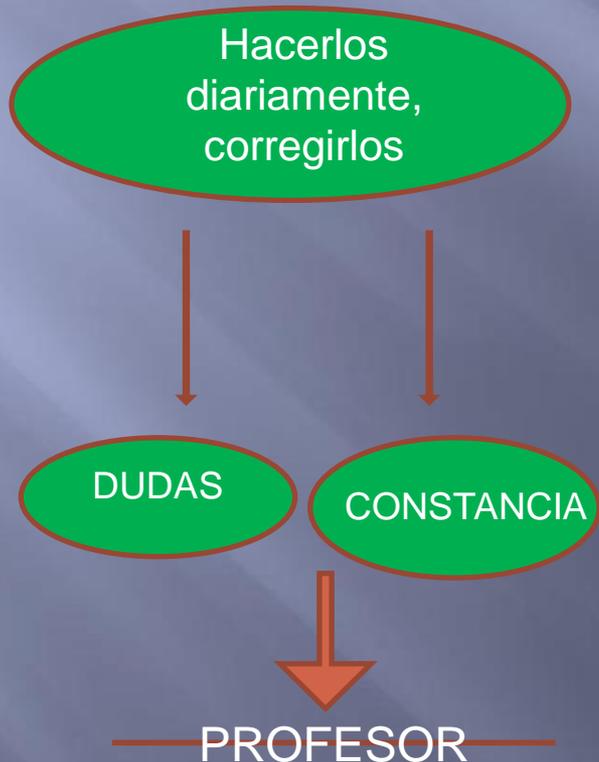
Ideas Relevantes

Ideas secundarias

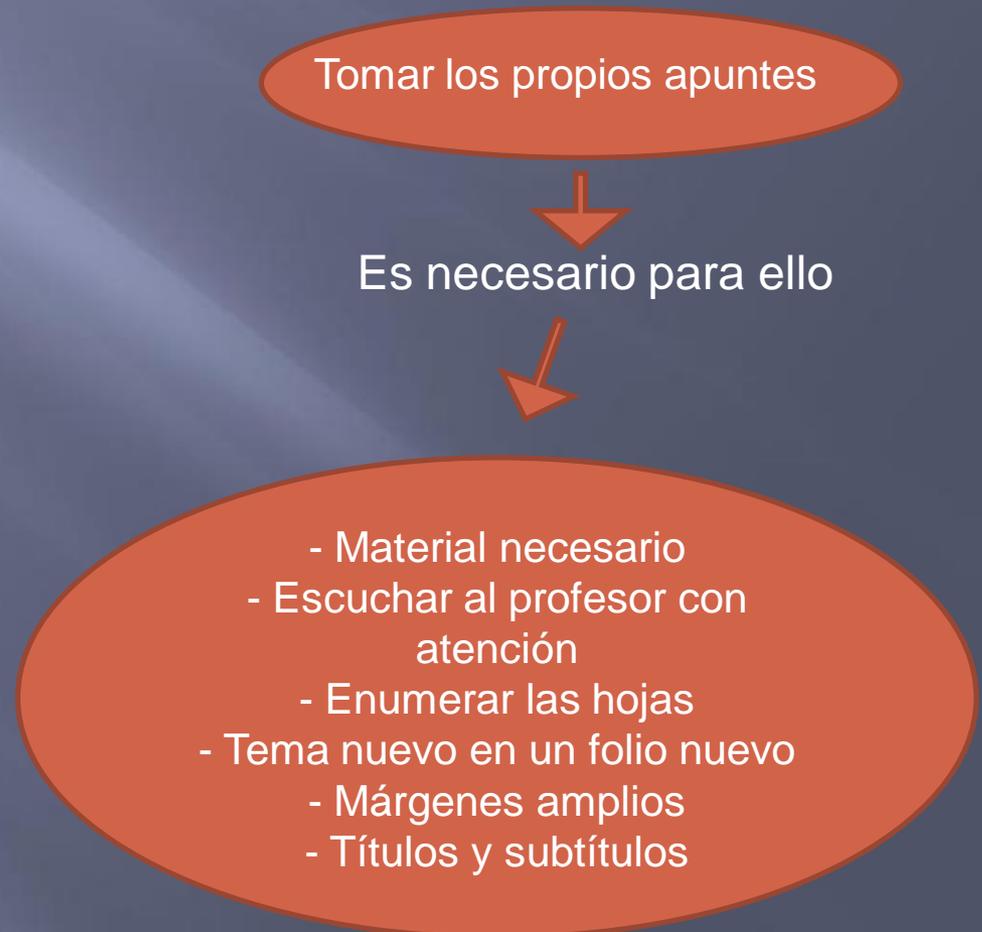


ESTRATEGIAS PARA UN ESTUDIO EFICAZ (3)

DEBERES



APUNTES



ESTRATEGIAS PARA UN ESTUDIO EFICAZ (4)

MEMORIA

INFORMACIÓN

MEMORIA A CORTO PLAZO

MEMORIA A LARGO PLAZO

PROCESO DE MEMORIZACIÓN, implica tres fases

REGISTRAR
RETENER
RECUPERAR

REPASO

OBJETIVO:
MANTENER LO APRENDIDO Y
COMBATIR EL OLVIDO

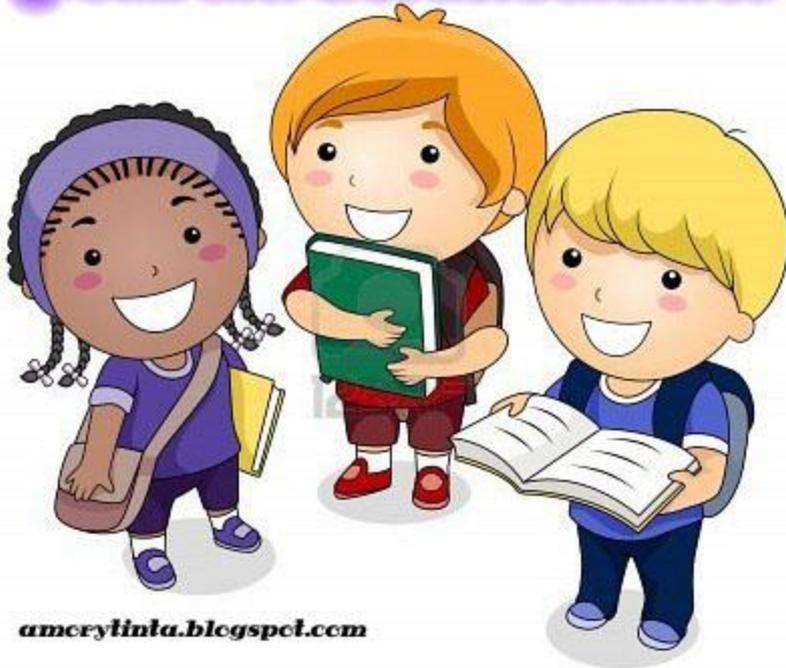
REPASO EFICAZ

- Repaso inmediato
- Repaso periódico
- Repaso sin prisas
- Apuntes subrayados,
- Esquemas,
- resúmenes ...



TÉCNICAS DE TRABAJO INTELECTUAL

¡Feliz día del Estudiante!



TÉCNICAS DE ESTUDIO

