



RECURSOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO

Cada estudiante identifica los conceptos e ideas de cada temario, usando sus propias estrategias, a continuación te ofrecemos algunos recursos que pueden ayudarte a asumir tus tareas y momentos de estudio.

Desde realizar una lectura rápida, para obtener la visión global, hasta mapas conceptuales.

Existen varias técnicas de estudio, las principales son.

1. Realizar una lectura rápida para obtener la idea global y una lectura comprensiva con subrayado. Haz un resumen o esquema para después poder estudiarlos y retener su información.
2. Relaciona conceptos con elementos que te resulten familiares como: palabras clave, siglas, abreviaturas... método que debes practicar, antes de poner en práctica.
3. Puedes usar un dibujo creado por tí, para sintetizar contenidos y conceptos. No importa cómo hagas el dibujo pero ha de ser útil.
4. Crea un mapa mental, donde el tema principal esté en el centro, dentro de un círculo, alrededor sitúa los conceptos secundarios y relaciónalos con flechas.

Además debes conocer diversos recursos y herramientas que puedes encontrar en: WWW.EDUCACIÓNTRESPUNTOCERO.COM

En el enlace podrás encontrar estrategias para el control de estrés y ansiedad para afrontar las tareas y futuros exámenes, en un documento descargable elaborado por el servicio de Psicología Aplicada de la UNED

Para la elaboración de resúmenes, encontraremos material audiovisual, en el canal de la plataforma youtube llamado "La practicopedia", en poco más de dos minutos, te explican como resumir la información de una manera sencilla y efectiva.

Puedes encontrar en tu appstore, "BRAIN FOCUS" una aplicación disponible para Android IOS. Te permitirá gestionar el tiempo estableciendo períodos de estudio intercalando una serie de descansos. Te permitirá bloquear aquellas aplicaciones que suponen una distracción.

En la página WWW.EDUCAWEB.COM, puedes acceder a estrategias para ayudarte con la concentración. Te ofrecen consejos para poder fijar la atención en los contenidos de estudio.

Como sabéis los mapas mentales nos ayudan a identificar contenidos e ideas importantes, "MINDMEISTER" es una aplicación para crear, editar y compartir tus propios esquemas mentales.

METAAPRENDIZAJE, podrás encontrar este canal en la plataforma de youtube, consejos y técnicas para aprender de una forma más rápida y efectiva. Ideal para cursos de la ESO y Bachiller. Múltiples herramientas y técnicas para facilitar el estudio y la realización de tareas.

Si buscas un formato divertido y dinámico, así se describe "GOCORNT" un espacio web que ofrece fichas, test, diapositivas, calendarios, diagramas.... te sugieren elaborar tus propios apuntes, esquemas y mapas mentales. También encontrarás fichas de estudio. WWW.GOCORNT.COM

En el blog "ojúLearning" la pedagoga especializada Nuria Vallejo te propone un sistema de períodos de 25 minutos sin distracción y 5 de descanso. www.ojulearning.es.