UNIDAD II

TÉCNICAS DE ESTUDIO

CONDICIONES BÁSICAS PARA EL ESTUDIO

- Lugar y horarios de estudio: ¿Dónde estudiar?
  Un buen lugar de estudio debe tener:

Debe tener...	Evita...
Buena iluminación	Estudiar en la cama
Silla y mesa cómodas	Lugares ruidosos
Pocos distractores	Usar el celular sin control
Ventilación	Estudiar en un lugar desordenado

Lugar y horarios:

Tener un horario ayuda a:

- Crear rutina (tu cerebro se prepara).
- Evitar la procrastinación ("luego lo hago" nunca llega).
- Tener tiempo libre sin culpa.

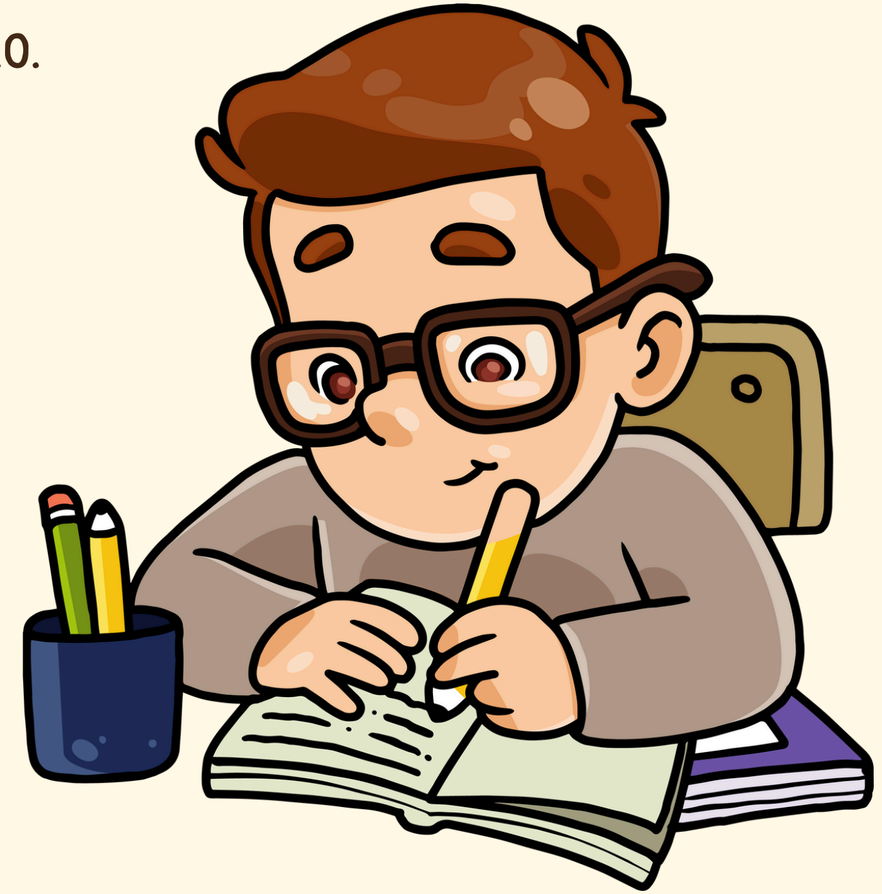
Estrategias y planificación de actividades

¿Por qué planificar?

Porque estudiar sin plan es como cocinar sin receta: puedes hacerlo, pero es más difícil y puede salir mal.

Estrategias útiles:

1. Establece objetivos claros
2. Ejemplo: “Hoy repaso las técnicas de resumen” en vez de “Voy a estudiar algo”.
3. Divide tareas grandes en pequeñas metas
4. Ejemplo: Si tienes que leer 30 páginas, organiza en bloques de 10.
5. Organiza por prioridad (urgente/importante)
6. Usa códigos de colores o listas tipo “semáforo”.
7. Aplica la técnica Pomodoro
    - 25 minutos de estudio
    - 5 minutos de descanso
    - Cada 4 ciclos, descanso largo



Planificación semanal y diaria

Herramientas que puedes usar:

- Agenda física
- Cuaderno de organización
- Aplicaciones como Google Calendar

Día	Actividad	Tiempo estimado
Lunes	Leer tema 2.1 y subrayar	40 min
Martes	Hacer resumen del tema leído	30 min
Miércoles	Repasar y hacer mapa mental	45 min

TIPOS DE TÉCNICAS DE ESTUDIO

1. LECTURA ACTIVA

¿Qué es?

Leer con intención. No leer como robot, sino pensando mientras leemos.

¿Cómo aplicarla?

- Antes de leer: observa títulos, subtítulos, imágenes.
- Mientras lees: subraya ideas clave, haz preguntas ("¿qué me está diciendo esto?").
- Después de leer: cierra el libro y repite con tus palabras lo que entendiste.
- En la vida diaria:
- Cuando leas un cuento para clase o una teoría pedagógica, no solo leas por obligación. Léelo pensando:
- ¿Qué me enseña esto?
- ¿Cómo lo aplicaría con niños en un aula?

2. SUBRAYADO INTELIGENTE

¿Qué es?

Destacar lo esencial del texto. ¡No pintes todo el párrafo!

¿Cómo hacerlo?

- Lee primero todo el párrafo.
- Luego subraya:

Las ideas clave (no los ejemplos).

Palabras que definen el tema.

- Usa colores con sentido:

Amarillo: idea principal

Azul: ejemplos

Verde: palabras nuevas

3. RESUMEN

¿Qué es?
Escribir con tus propias palabras lo más importante de un texto.

¿Cómo hacerlo?

1. Lee todo.
2. Subraya.
3. Luego escribe:
    - ¿De qué trata el texto?
    - ¿Qué ideas principales rescato?
    - ¿Cómo se relacionan esas ideas?

Evita copiar frases del texto, ¡la clave está en reformular!

4. DIAGRAMAS

¿Qué es?
Representar procesos o pasos con flechas y recuadros.

¿Cómo hacerlo?

- Identifica una secuencia: ¿qué va primero, qué va después?
- Usa flechas, cuadros, números o símbolos.
- Que todo esté ordenado y visualmente limpio.

En la vida diaria:

- Úsalo cuando estudies procesos educativos, teorías del desarrollo infantil, métodos pedagógicos, etc.
- Ejemplo: "Etapas del aprendizaje según Piaget" → hazlo en un diagrama.

5. MAPAS CONCEPTUALES

¿Qué es?

Escribir con tus propias palabras lo más importante de un texto.

¿Cómo hacerlo?

1. Lee todo.
2. Subraya.
3. Luego escribe:
    - ¿De qué trata el texto?
    - ¿Qué ideas principales rescato?
    - ¿Cómo se relacionan esas ideas?

Evita copiar frases del texto, ¡la clave está en reformular!