



Introducción a las técnicas de estudio y metodologías de aprendizaje

Introducción

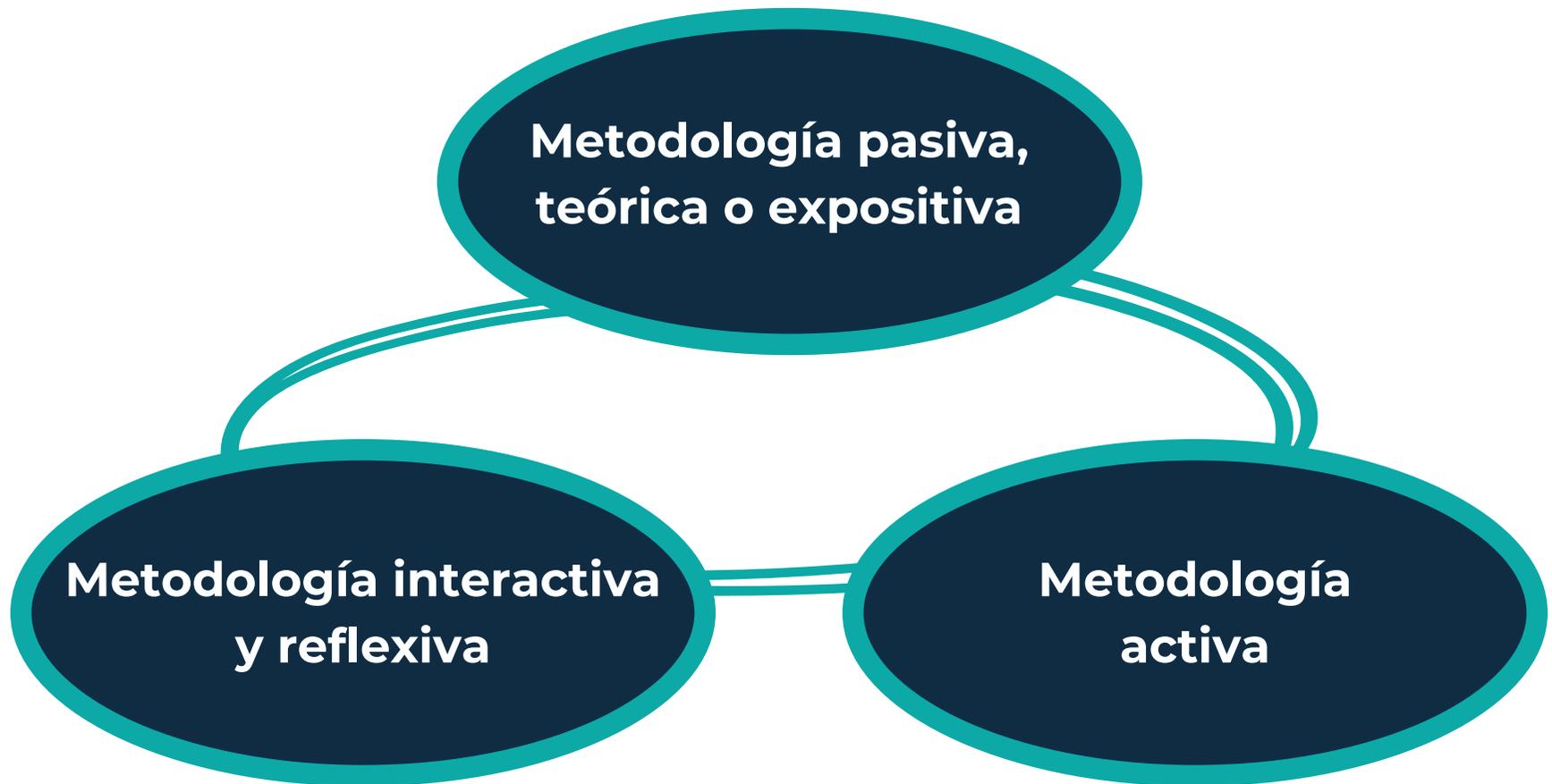
a) ¿Qué son y por qué son importantes?:

“

- Por facilidad.
- Para ejercitar.
- Por practicidad.
- Para el fortalecimiento.
- Para evaluar.

”

b) Las metodologías de aprendizaje y su importancia:



c) ¿Cómo elegir una técnica de estudio adecuada para mí?:

“

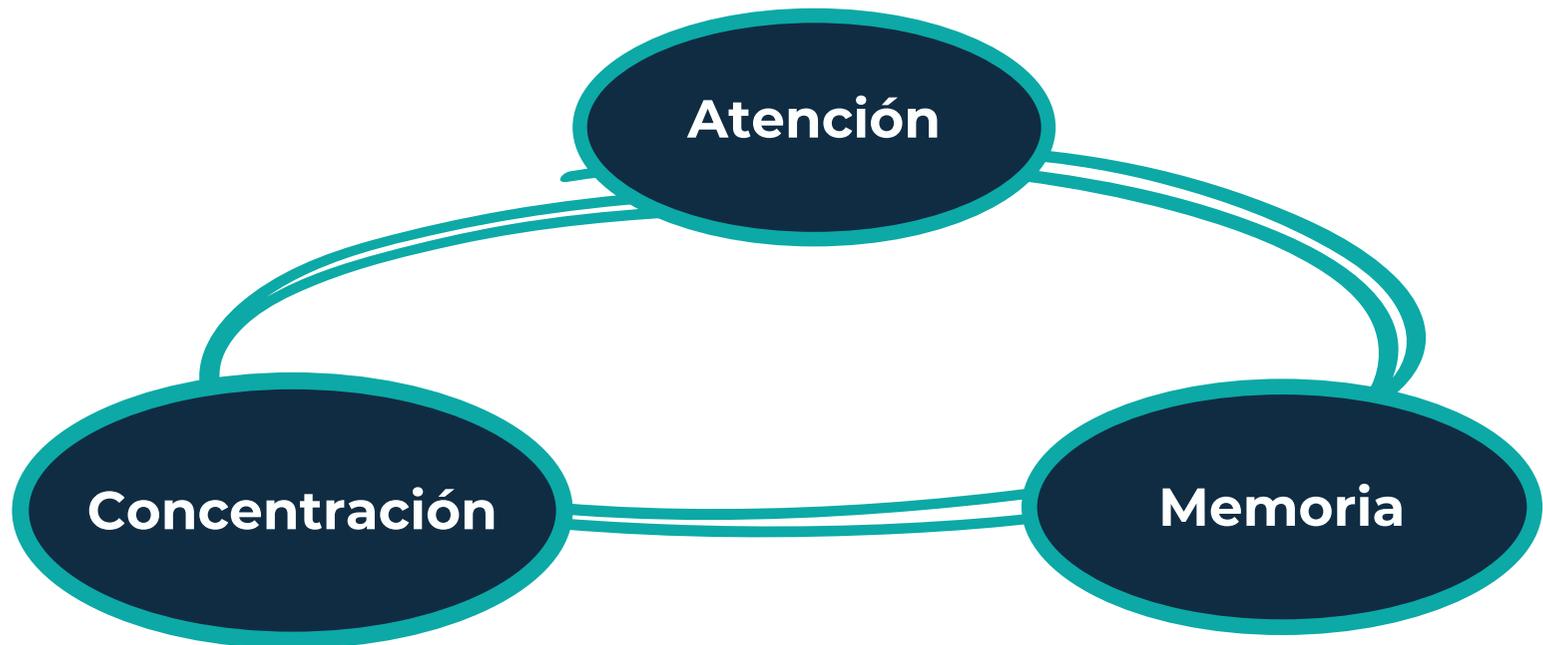
De acuerdo con:

- El proceso perceptivo.
- La necesidad.
- La relación con el tema.

”

Preparación física y mental

a) ¿Qué procesos intervienen en el aprendizaje?:



b) El cuidado de nuestros instrumentos:



- El cuidado del cuerpo.
- Nuestras necesidades básicas.
- Usar nuestras facultades.
- Mantener la organización.
- Ejecutar ejercicios de fortalecimiento mental.



Tipos y técnicas de estudio

a) Técnicas de síntesis:



Método Cornell



Método Feynman



Mapa conceptual

b) Técnicas de respuesta:



Método SQ4R



Brainstorming

c) Técnicas de fragmentación:



Método espiral

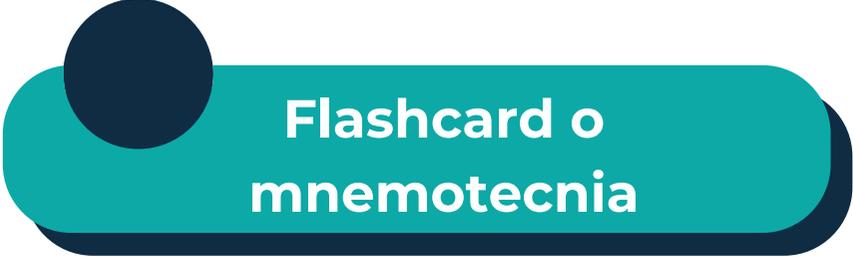


Podcast o grabación

d) Técnicas de memorización:



Método Loci



**Flashcard o
mnemotecnia**

Recomendaciones importantes

a) Síndromes y engaños del aprendizaje:

“

- Falso aprendizaje.
- Falsa memoria.
- Jornadas difíciles y generalización.
- Procrastinación forzada.

”

b) Aprende a reconocerte:

“

- **Reconoce los tiempos de fluidez en procesos previos.**
- **Reconoce estrategias adicionales de aprendizaje.**

”

c) Crea y personaliza:

“

- **Luego de conocer y reconocer las diferentes estrategias, metodologías y técnicas, será esencial agregarle el toque personalizado para acercarnos más a nuestro objetivo.**

”

¡Recuerda!

Tu protagonismo es esencial en el proceso de estudio; el elemento más importante es todo aquello que puedas agregarle y hacer, a partir de tu proceso, tus habilidades y tus necesidades.

