



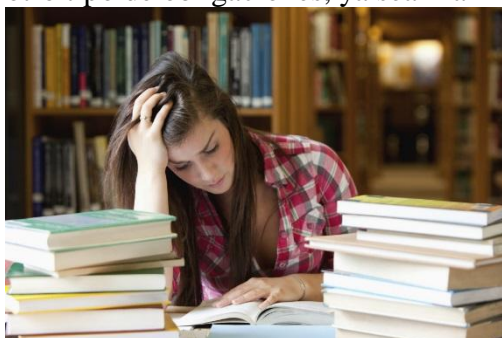
Técnicas para estudiar rápido y bien

Publicado por [Natalia Gil de Fainschtein](#)

el agosto 18, 2015 a las 1:57am

Ver blog

Existen una serie de técnicas y consejos que permiten absorber mucha cantidad de información en poco tiempo, una estrategia que, aunque no es aconsejable pues siempre es mejor preparar los temas y asignaturas con tiempo suficiente, en ocasiones resulta imprescindible para poder conciliar, con éxito a nivel de resultados, los estudios con otro tipo de obligaciones, ya sean familiares, profesionales o personales.



Resúmenes y síntesis Una buena forma de contrarrestar la escasez de tiempo para estudiar para un examen es a través de esquemas y resúmenes, identificando los conceptos más importantes. Es la mejor forma de sacar el máximo provecho a las horas que acabes pudiendo dedicar a la preparación del examen o prueba.

Existen diversas técnicas para hacer resúmenes y esquemas:

Técnica del subrayado Su objetivo es destacar las ideas esenciales de un texto para que, posteriormente, leyendo de nuevo las palabras o frases subrayadas, poder recordar el sentido del mismo. El subrayado facilita la elaboración de esquemas y resúmenes y, en consecuencia, favorece la rápida comprensión de cualquier texto.

Técnica de clasificación Clasificar es ordenar y disponer por clases o por grupos, siendo una de las técnicas de clasificación más importantes los mapas conceptuales. A través de estos es posible, partiendo de una idea central, la estructuración y representación gráfica de los contenidos. Estos instrumentos están básicamente constituidos por «ideas», normalmente enmarcadas en un círculo, «líneas» que unen las ideas y «nexos» o palabras de enlace, cuya utilidad es dotar de sentido y significado a las conexiones.

Técnicas gráficas En ese grupo se incluyen los dibujos, croquis, esquemas, etc., instrumentos todos ellos muy útiles para tener una comprensión general de un tema de un solo vistazo y poder repasarlo rápidamente en cualquier momento.

Repaso rápido de la información La idea es intentar absorber el máximo de información que previamente has organizado con subrayados, esquemas o resúmenes.

Los siguientes pasos te pueden ayudar a conseguirlo:

Releer los puntos principales de tus apuntes.

Recitar en voz alta las cuestiones principales de cada temario.

Hacer preguntas de auto comprobación.

Repasar de nuevo los temas, en especial aquellos que te resultan especialmente complejos o lleves peor preparados.

Técnicas de memorización Las siguientes técnicas son idóneas para aquellas asignaturas que requieren memorizar una gran cantidad de datos, como Historia o Física y Química.

Técnicas de nemotecnia. Esta palabra significa «técnica de memorización» y es una manera sencilla de recordar algo que consiste en utilizar acrónimos para memorizar una información que se nos resiste.

Usar palabras similares o rimas. Es un método que se basa en la sustitución de determinados conceptos por vocablos similares y, en el caso de ideas más largas y complejas, por rimas de longitud variable.

Organizar la información por temas. Por ejemplo, si estás estudiando Economía y Finanzas, intenta estudiar juntas las categorías relacionadas..

Desarrollo de la atención y concentración La atención puede definirse como la dirección de las facultades cognoscitivas hacia un único pensamiento, actividad, tema u objeto, con exclusión más o menos total de todo lo demás. Una buena atención requiere concentración, la cual puede conseguirse y mantenerse por más tiempo siguiendo los siguientes consejos:

Crea un ambiente ordenado y tranquilo.

Mejorar nuestras condiciones físicas y psíquicas.

Trabajar la automotivación y la positividad.

FUENTE: Universidad Internacional de Valencia

<http://www.viu.es/blog/indicadores-para-estudiar-rapido-y-bien>



Información proveniente del Blog de