



7 PASOS PARA CREAR HÁBITOS DE ESTUDIO EFECTIVO

Los siguientes pasos recopilan los puntos mas importantes para tener exito al estudiar basado en el metodo de estudio definitivo de Docsity



1

ORGANIZA TU TIEMPO

Entre los hábitos de estudiantes exitosos, el más importante es organizar tiempos. Esto quiere decir que debes escoger el momento del día en el que te sientes con más energía y más animado para estudiar. Por ejemplo, puedes crear un calendario semanal de las cosas que tienes que hacer.

PREGUNTA Y ASISTE A LAS CLASES

Ante cualquier duda, pregunta, ya sea a tu maestro o a tus compañeros .Evita quedarte con dudas y quítate el miedo a quedar en vergüenza “por no saber”, pues todo conocimiento nace por una pregunta.

2

3

ESTABLECE METAS REALISTAS

Para lograr métodos de estudio efectivos procura definir metas a corto, mediano y largo plazo al estudiar. Además, debes plantearte objetivos claros, es decir, que sean realistas, medibles y comprobables



PREPARA TU ÁREA DE ESTUDIO

Busca un área de trabajo que te haga sentir comodo para estudiar, evitar lugares que te disfraigan o sean ruidosos. Especialistas recomiendan tener contacto con la naturaleza para mayor concentracin y fluidez

4



EVITA MEMORIZAR, PRIORIZA EL ENTENDIMIENTO

Antes de memorizar la información, es necesario entenderla. Si solo se memoriza para repetirla en el examen, no se logra un aprendizaje claro. Por ejemplo, en lugar de memorizar listas de verbos irregulares en inglés es importante comprender cuáles son sus características, etc.

5

SUBRAYA LA INFORMACIÓN MÁS IMPORTANTE

Subrayar textos y realizar apuntes te permite resaltar visualmente la información más valiosa o que te es más útil de un texto

6

DESCANSA Y ALIMÉNTATE

De nada sirve estudiar durante 10 horas seguidas una noche antes del examen. El cuerpo y el cerebro se cansan y llega el momento en que el estudio no es significativo. Por eso es importante que en tus técnicas de estudio establezcas tiempos de descanso. Por ejemplo, por cada 25 minutos de estudio, puedes descansar 5 minutos. . También es importante que te alimentes bien.

7

