



# Anexo 14.

## El Método de Estudio

Es la forma en que cada persona utiliza distintas técnicas y herramientas de aprendizaje. No todos aprendemos igual, por lo que no hay un único método de estudio adecuado. El que se propone a continuación incluye las **TÉCNICAS BÁSICAS DE ESTUDIO** para un correcto aprendizaje y puede servir de modelo de trabajo en tus estudios de FP.

Este documento ha sido elaborado por el CIFP Escuela de la Vid y el EOEP Específico de DEA, TEL y TDAH de la Comunidad de Madrid, bajo licencia

CC BY-NC-SA

[\(Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).



# 1. La Primera Lectura

Lectura rápida cuyo objetivo es saber de qué va el tema. A medida que leemos, podemos apuntar el margen con una o dos palabras, de qué trata cada párrafo, con el fin de ir descubriendo la estructura del texto.



## 2. Lectura Comprensiva

Centrada en entender el contenido o mensaje del texto.

¿Qué?

¿Cuál es el tema principal?

¿Cómo?

¿De qué forma se presenta la información?

¿Por qué?

¿Cuál es el propósito de la información presentada?

¿Para qué?

¿Qué aplicaciones tienen los conceptos aprendidos?

# 3. Subrayado

Identificar y resaltar las ideas principales y secundarias del texto.

## 1 Jerarquiza

Resaltar las ideas más importantes

## 2 Limita

No subrayar todo el texto, solo lo esencial

## 3 Resalta

Subraya solo las palabras clave

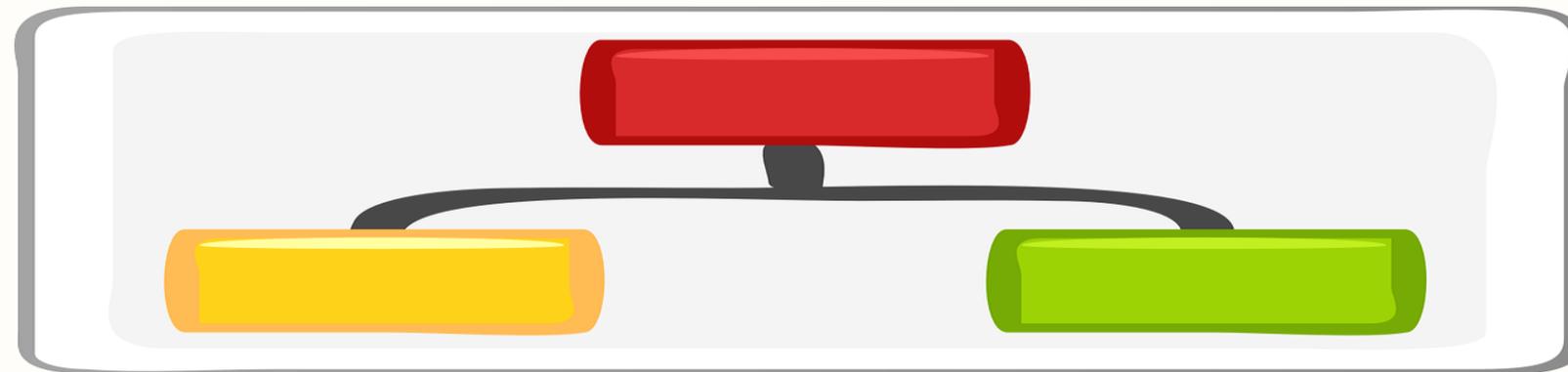
## 4 No abuses

Evita recargar el contenido con demasiado subrayado



# 4. Esquema

Parte del subrayado. Ordena, sintetiza y relaciona las ideas del texto de forma clara y visual, usando distintos tipos de colores, letras, imágenes. Sirve para facilitar la comprensión y memorización, y ayuda a rentabilizar el tiempo.



Organiza

Usa flechas y conectores

Sintetiza

Haz mapas mentales

Facilita

Usa colores y códigos para resaltar la información



# 5. Resumen

Explicar el tema con nuestras propias palabras y de manera reducida. Intentar no superar el 25% de la extensión del texto original.

Identificar la idea principal

Seleccionar la información más relevante

Redactar el texto con tus propias palabras

Ajustar el resumen a no más del 25% del texto original



# 6. Ampliación

Complementar los conocimientos del tema con nueva información y relacionarlos con otros contenidos que conozco de manera que le dé sentido y entienda la utilidad de lo aprendido.

## Investiga

Busca información que complemente el tema

## Relaciona

Encuentra conexiones con otros temas o Módulos del Ciclo Formativo que estudias.

## Explica

Resume la información ampliada y explica cómo se relaciona con otros contenidos del Módulo / Ciclo

# 7. Memorización

Retener y recordar lo aprendido: EN CUALQUIER CICLO FORMATIVO **LO MEJOR ES REPASAR A MENUDO**



## Tarjetas / Acrónimos

Usa tarjetas con preguntas y respuestas. Un acrónimo es una palabra formada por la unión de elementos de dos o más palabras



## Juegos

Usa juegos para memorizar si la materia a estudiar lo permite



# Buenas Prácticas

Consejos adicionales para tener un buen rendimiento y mejorar nuestro estudio.

## Planifica

Crea un horario de estudios y comprométete a seguirlo

## Ordena

Mantén tu área de trabajo limpia y ordenada

## Descansa

Permite tiempo suficiente para dormir y descansar adecuadamente

## Colabora

Forma un grupo de estudio para compartir y aprender con los demás



# Beneficios

Aprender a estudiar es fundamental para SUPERAR un Ciclo de Formación Profesional. Usar un método adecuado no solo hará que el tiempo invertido sea más efectivo, sino que también ayudará a retener mejor la información y a superar el estrés y la ansiedad relacionados con el estudio.

## 1 Recordar mejor la información

El uso de técnicas de estudio adecuadas ayuda a recordar mejor lo aprendido

## 2 Mejorar el rendimiento

El método adecuado permite rentabilizar el tiempo y aumentar el rendimiento

## 3 Reducir el estrés

Un buen método ayuda a reducir la ansiedad y el estrés relacionados con el estudio

## 4 Fomentar la confianza

El éxito en el estudio ayuda a fomentar la confianza en uno mismo