

# Tècniques d'estudi

IES CAP DE LLEVANT

DEPT D'ORIENTACIÓ



## Tècniques d'estudi

### ► Factors que condicionen l'èxit en l'estudi:

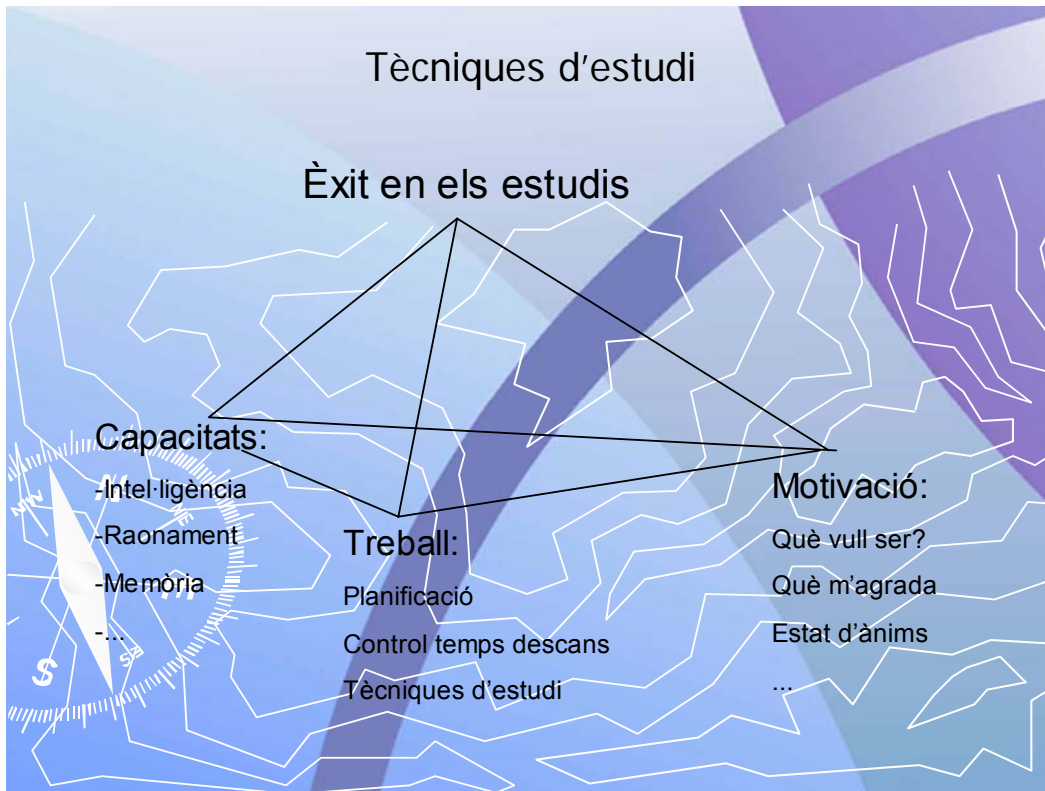
#### ■ Factors externs:

- La família
- Els amics
- Els condicionaments acadèmics
- El professorat

#### ■ Factors interns:

- Capacitats intel·lectuals
- Memòria
- Motivació i expectatives
- Tècniques d'estudi





- ## Tècniques d'estudi
- ▶ Les tècniques d'estudi:
    - Planificació: matins/capvespres/caps de setmana...
    - Organització: apunts, carpetes, temes...
    - Lectura comprensiva
    - El resum
    - L'esquema
    - El mapa conceptual
    - Presa d'apunts
    - Fer un treball
    - Preparar un examen
    - Com resoldre problemes

## Tècniques d'estudi

### ▶ LA PLANIFICACIÓ:

#### ▶ Hem de tenir en compte:

- Obligacions ineludibles: feina, família...
- Aficions: esport, música, dibuix...
- Gustos: TV, música...
- Hem d'aprendre a donar prioritat a unes coses per damunt de les altres.
- Hem de contemplar el temps de treball, però també el temps de descans.
- Hem de tenir el lloc d'estudi en condicions: llum, espai, ordre, renous...

## Tècniques d'estudi

### ▶ ORGANITZACIÓ

- Per estudiar és necessari tenir les coses ordenades: "l'ordre extern és el mirall de l'ordre intern" (?)
- Poseu la data, cada dia, en començar una nova classe.
- Col·loqueu cada full d'una determinada assignatura en una carpeta o separador diferent.
- Intenteu que els fulls estiguin nets, que tinguin marges (dalt/baix/dreta i esquerra).
- Intenteu ressaltar (línies, cercles, colors...) els títols, números de les activitats, teories importants...

## Tècniques d'estudi

### ▶ LECTURA COMPRENSIVA

- Feu una lectura prèvia: títol, encapçalament, nom de l'autor, peus de foto...
- Llegiu el text detingudament.
- Subratlleu les idees més importants: les que creieu que responen a les preguntes que us han fet.
- Busqueu en el diccionari o demaneu el significat de les paraules que no coneixeu.
- Interpreteu el text amb les vostres pròpies paraules.
- Contesteu les preguntes que us han fet. Teniu cura de l'expressió escrita.

## Tècniques d'estudi

### ▶ EL RESUM

- Llegiu detingudament el text. Es recomanen tres lectures:
  - ▶ Una ràpida (per fer-nos una idea del contingut)
  - ▶ Una lenta amb subratllat, destacant-ne les idees principals.
  - ▶ Una més lenta, dedicada a la memorització i l'anàlisi.
- Ordena aquestes idees principals en un ordre lògic.
- Redacta el text amb el teu propi vocabulari
- Utilitza lligams entre els diferents paràgrafs.
- Rellegeix el resum i intenta completar, amb l'ajuda del text, el que no quedi prou clar.

## Tècniques d'estudi

### ▶ L'ESQUEMA

- Localitza les idees principals del text.
- Subratlla les paraules o frases que destaquin en cada línia o paràgraf.
- Identifica les paraules – clau.
- Es poden fer esquemes de molts de tipus:

- ▶ Circulars
- ▶ De fletxes
- ▶ Diagrames



## Tècniques d'estudi

### ▶ EL MAPA CONCEPTUAL

- Ens ajuda a organitzar els continguts i a relacionar-los entre ells.
- Ens ajuda a organitzar millor la comprensió i les relacions entre el que estudiam.
- Hem d'organitzar els continguts de forma jeràrquica i unir-los mitjançant fletxes o paraules que serveixin per aclarir els conceptes.
- Permeten repassar fàcilment els temes.



## Tècniques d'estudi

### ▶ PRESA D'APUNTS

- És fonamental l'atenció:
  - ▶ Escoltar el professor
    - ▶ Seguir els seus raonaments
  - ▶ Veure en quins aspectes posa més èmfasi quan parla i quan escriu a la pissarra.
- Heu d'apuntar els missatges principals i prendre notes de manera ràpida i clara. No ho hem d'anotar tot, com si fos un dictat.
- Conve deixant un marge prou ample per si hi volem fer anotacions, resums, paraules-clau...
- Podem utilitzar abreviatures personals: xq, +...

## Tècniques d'estudi

### ▶ FER UN TREBALL

- Seguiu totes les indicacions.
- Poseu cura en la portada: presentació, imatges, dades personals...
- Escriviu un índex i, si és adient, feu una introducció.
- Remarqueu bé els apartats del treball.
- Cuideu presentació, expressió i ortografia.
- Feu-ho amb rigorositat científica: utilitzeu més d'una font d'informació.
- Poseu-hi, si és adient, una opinió personal o unes conclusions.

## Tècniques d'estudi

### ▶ COM RESOLDRE PROBLEMES

- Llegeix bé l'enunciat i demana el significat de les paraules que no coneguis. Cal entendre bé què ens demanen.
- Busca les estratègies de resolució més adequades.
- Intenta resoldre el problema.
- Revisa la solució obtinguda. Reflexiona, comparant la pregunta formulada a l'enunciat amb el resultat obtingut, a veure si és possible la resposta.

## Tècniques d'estudi

### ▶ PREPARAR UN EXAMEN

- Abans de l'examen:
  - ▶ Llegiu tot el tema.
  - ▶ Intenteu explicar-ho amb les vostres paraules.
  - ▶ Feu-vos possibles preguntes i contesteu-les. Després compareu-ho amb el text original. A més de recordar-ho, també ho heu d'entendre.
  - ▶ No aneu a l'examen massa cansats.

## Tècniques d'estudi

### ► Durant de l'examen:

- Escolteu les orientacions del professor.
- Empleneu les dades i feu una lectura inicial.
- Apunteu en un esborrany el que sabeu de cada pregunta.
- Aneu completant el que sabeu pregunta per pregunta. Contesteu primer les que penseu que domineu millor. Ordeneu bé les idees i lligueu bé els paràgrafs.
- Repasseu el que heu escrit. Aprofiteu per revisar l'ortografia i l'expressió.

Sgeun un etsduio de una uivenrsdiad ignlsea, no ipmotra el odren en el que las ltears etsan ersciats, la uicna csoa ipormtnate es que la pmrrea y la utlima ltera esten ecsritas en la psiocion cochrtea.

El rsteo peuden estar ttaolmntee mal y aun pordas lerelo sin pobrleams.

Etso es pquore no lemeos cada ltera por si msima preo la paalbra es un tdo.

Pesornamelnte me preace icrneilbe...