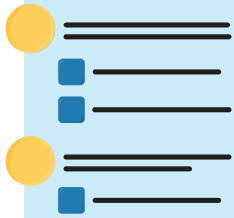


# Lo Que Se Debe Y No Se Debe Haver al Estudiar y Tomar Notas

## DEBES...



Tomar notas a mano. Conservan mejor la memoria que las notas digitales.



Tomar notas y proporcionar suficientes detalles como si tuvieras que enseñarle la materia a un amigo más tarde.



Repasa las notas justo antes de acostarte. Tu cerebro tiene más posibilidades de almacenar en la memoria a largo plazo las cosas que se contemplan activamente justo antes de dormir.



Buscar en línea explicaciones alternativas para los conceptos que te cueste entender en clase. Una explicación diferente puede aumentar la comprensión.

### CESAR CHAVEZ

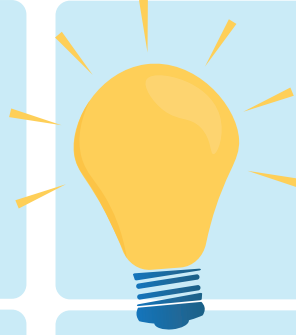
BORN IN 1927 AND LIVED IN ARIZONA AND CALIFORNIA.  
PARENTS WERE MEXICAN-AMERICAN FARM WORKERS.  
CO-FOUNDED THE NFWA IN 1942 WITH DOLARES HUERTA.  
USED NON-VIOLENT PROTEST TACTICS LIKE HUNGER STRIKES.

Crear una guía de estudio con los contenidos que se van a examinar. Da una clase para ti mismo o crea preguntas para cuestionarte los conceptos.

## NO DEBES...



Estudiar en largos bloques de tiempo. En lugar de eso, estudia en breves periodos de 30 minutos a lo largo del día.



Estudiar los conceptos que ya conoces. Anota el material que puedas recordar de memoria y luego estudia el que no hayas podido recordar.

In one point he was more fortunate than the novel's fantastic hero. He never knew—never, indeed, had any cause to know—that somewhat grotesque dread of mirrors, and polished metal surfaces, and still water which came upon the young Parisian so early in his life, and was occasioned by the sudden decay of a beau that had once, apparently, been so remarkable. It was with an almost cruel joy—and perhaps in nearly every joy, as certainly in every pleasure, cruelty has its place—that he used to read the latter part of the book, with its really tragic, if somewhat overemphasized, account of the sorrow and despair of one who had himself lost what in others, and the world, he had most dearly valued.

Utiliza el resaltado como herramienta de estudio. El resaltado sólo proporciona un dominio momentáneo y el contenido no se retiene a largo plazo.



Saltarse las lecturas del libro de texto. Recordarás más si lees el material y luego lo escuchas en clase. Leer el libro de texto antes de la clase te da la oportunidad de previsualizar el contenido y evaluar lo que ya sabes.



Tomar notas y luego no volver a interactuar con el contenido. El cerebro necesita estudiar varias veces el mismo material para retener la información.

Studying 101: Study smarter not harder. Learning Center. (2022, July 12). Retrieved November 22, 2022, from <https://learningcenter.unc.edu/tips-and-tools/-studying-101-study-smarter-not-harder/>