



# HÁBITOS DE ESTUDIO

Los hábitos de estudio son la mejor clave para lograr el éxito académico.

## ¿QUÉ SON?

Son métodos y estrategias que el estudiante usa para asimilar unidades de aprendizaje, su aptitud para evitar distracciones, la atención al material específico y los esfuerzos que realiza a lo largo del proceso (Cartagena, 2008).

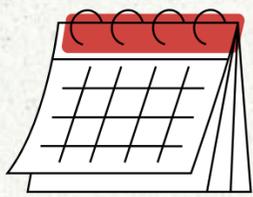


## ¿SABÍAS QUÉ?

Uno de los principales problemas de aprendizaje en los estudiantes que ingresan a la universidad es debido a la falta de hábitos de estudio adecuados.



## HÁBITOS DE ESTUDIO QUE PUEDES PONER EN PRÁCTICA



Planifica tu tiempo

Lee activamente

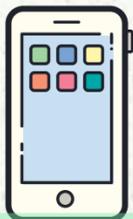


Toma notas durante tus clases



Dibuja diagramas de los conceptos

Determina el mejor lugar y momento para estudiar



Evita distractores como usar el celular y ver televisión

Encuentra el significado de los términos desconocidos

Divide los trabajos muy extensos o complicados en sub-tareas



## REFERENCIAS

Universia Holding. (2020). Técnicas y hábitos de estudio. <https://www.iescosmelopez.org/orientacion/pdfs/or71.pdf>.

Hernández, C. Rodríguez, N. Vargas, Á. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. Revista de la Educación Superior.