



## ¿CÓMO ESTUDIAR MEJOR?

### TIPS

- Lleve la materia al día, esto le permite consultar al profesor o profesora a tiempo.
- Elija un lugar con adecuada iluminación, ventilación y sin distractores.

### DEBE ADEMÁS

- Organizarse y ordenar el material que va a utilizar: apuntes, libros de texto, bolígrafos, entre otros; para evitar pérdida de tiempo.
- Identificar la forma en que usted aprende mejor (auditiva, visual o kinestésica).
- Utilizar estrategias (resúmenes, grabación, esquemas, entre otros) congruentes con su estilo de aprendizaje.
- Defina jornadas de estudio según su concentración y haga pequeñas pausas.
- Tenga una actitud positiva, despijese de las ideas negativas del curso.
- Prémiese cuando cumpla con lo propuesto.



Para mayor información, acuda al CASE de su área.

### BIBLIOGRAFÍA

Oficina de Orientación, UCR.

## APOYÁNDOSE EN LA UI



Oficina de  
**Orientación**

CASE COVO CASED CIU