

TÉCNICA DEL AUTOGRABADO:

- **Qué es:**

La técnica de estudio del autograbado permite repasar los apuntes en cualquier momento y lugar.

Para esto es necesario grabar la lectura del tema o temas que estudiamos, con voz clara y dinámica, para después escuchar el resultado una y otra vez manteniendo la atención.

CONSEJOS:

- No grabar todo el tema, solo los puntos esenciales y si es posible con un pequeño guion hecho previamente.
- Repite su escucha durante la semana en tiempos libres.
- Localiza las palabras que te cuesta aprender y busca la forma de repetirlas durante la grabación.

- **BENEFICIOS**

El estudio mediante grabación brinda grandes beneficios. Entre otros: mejora la concentración, porque evita distracciones que puedan ser causadas por ruidos externos; ayuda a retener la información que no solo se está escuchando, sino que previamente se ha leído repetidas veces en alto y finalmente optimiza el tiempo de estudio, permite realizar otras actividades mientras se estudia.