

# Thomas Frank: Study Less, Study Smart (Summary)

Video Musical de "Study Less, Study Smart (Summary)" de Thomas Frank

<https://youtu.be/23Xqu0jXlfs>



Cómo usar este texto inter-lineal para aprender inglés.

[https://cutt.ly/explicacion\\_metodo\\_birkenbihl](https://cutt.ly/explicacion_metodo_birkenbihl)



## Study Less, Study Smart (Summary) Estudio Menos, Estudio Inteligente (Resumen)

If you've spent any time at all on YouTube looking for study advice, Si has gastado cualquier tiempo en todos en YouTube buscando para estudio ...un consejo, then you've probably come across this video called "Study Less, Study entonces has probablemente ven a través de este video llamado "Estudio Menos, Estudio Smart." Inteligente".

Now this is a recorded lecture from Professor Dr. Marty Lobdell, who is a Ahora este es un grabado conferencia de Profesor El Dr. Marty Lobdell, quién es un former psychology professor at Pierce College, and wanted to give his thoughts on ex psicología profesor en Pierce La universidad, y buscado a dar su pensamientos en how to be an effective student. And the video came out when I was a cómo a ser un efectivo estudiante. Y el video llegó fuera cuando yo fue un sophomore in college, and I wanted to watch it, but the problem estudiante de segundo año en la universidad, y yo buscado a mira ...lo., pero el problema was, it was an entire hour long. And I could just never make the time. Now I've fue, él fue un todo hora largo. Y yo podría sólo nunca hacer el tiempo. Ahora Yo he... seen a lot of students say the exact same thing about the video, so what I visto un lote de estudiantes digamos el exacto mismo cosa sobre el video, así que lo que yo want to do with this video is try to give you about 80-90% of the value packed quiere a hacer con este video es pruebe a dar usted sobre 80-90% de el valor embalado within the lecture, in about 1/10th of the time. dentro de el conferencia, en sobre 1/10 de el tiempo.

So to do that, I first watched the lecture myself, and took detailed notes Así que a hacer eso, yo primero miró el conferencia yo mismo, y tomó detallado notas on it and if you want those notes, I've actually included them at the end of this en él y si usted quiere esos notas, Yo he... en realidad incluido ellos en el fin de este video. But first, let's get into the tips. video. Pero primero, vamos consigue en el consejos.

### Tip Nr. 1 Consejo No. 1

So, tip number 1 is to break your studying into chunked sessions. And the Así que.., consejo número 1 es a romper tu estudiando en troceado sesiones. Y el reason for this is that the average student can only really pay attention for razón para este es que el promedio estudiante puede sólo realmente pagar atención para about 25-30 minutes. And this goes across the board, from lectures, to reading, to sobre 25-30 minutos. Y este va a través de el tablero, de conferencias, a ...leyendo, a studying. After about 25-30 minutes, your efficiency starts to really estudiando. Después de sobre 25-30 minutos, tu eficiencia comienza a realmente taper off, and that's why the advice to simply study more is not effective at ir disminuyendo y que es por qué el consejo a simplemente estudio más es no efectivo en all. Instead, you want to break your study sessions into about 20-30 minute chunks, todos. En cambio, usted quiere a break tu estudio sesiones en sobre 20-30 minuto trozos,

and after those are done, take 5 minute breaks where you do something fun,  
y después de esos son Hecho, toma 5 minuto rompe donde usted hacer algo divertido,  
or at least away from your studies. Also, once your study sessions are done for  
o en menos lejos de tu estudios. También, una vez tu estudio sesiones son hecho para  
the entire day, you want to give yourself a real, tangible reward for doing  
el todo día, usted quiere a dar usted mismo un real, tangible recompensa para haciendo  
it. As Dr. Lobdell says in the lecture, "reinforcement of positive things builds  
...lo... Como El Dr. Lobdell dice en el conferencia, "refuerzo de positivo cosas construye  
good study habits", and as an added benefit, you're training yourself to study.  
bueno estudio hábitos", y como un añadió beneficio, eres... formación usted mismo a estudio.  
So as you keep doing this, you're going to be able to study for longer  
Así que como usted mantener haciendo esto, eres... yendo a a capaz a estudio para más largo  
and longer on each session.  
y más largo en cada uno sesión.

## Tip Nr. 2

### Consejo No. 2

Tip number 2 is to create a dedicated study area. And the reason for this is that  
Consejo número 2 es a crear un dedicado estudio zona. Y el razón para este es que  
our environment, the context that we're in, largely determines our  
nuestro el medio ambiente, el context que estamos en, en gran parte determina nuestro  
behavior. So think about when you're in class. When the professor presents  
comportamiento. Así que Piensa en sobre cuando eres... en clase. Cuando el profesor presenta  
a question to the entire class, you instinctively raise your hand. But if he  
a pregunta a el todo clase, usted instintivamente aumentar tu mano. Pero si él  
asks you specifically, you're going to give a verbal response. And this is  
pregunta a usted específicamente, eres... yendo a a dar un verbal respuesta. Y este es  
automatic. You're conditioned to do it. Well, your studying area is the exact  
automático. Tú eres... condicionado a hacer ...lo... Bueno..., tu estudiando área es el exacto  
same. If you do it in a place where you're conditioned to do other things,  
lo mismo. Si usted hacer él en un lugar donde eres... condicionado a hacer otros cosas,  
like sleep, or play video games, or hang out with friends, it's going to be  
como dormir, o jugar video juegos, o cuelgue fuera con amigos, es yendo a a ser  
really hard to get into your studying. What you want to do is find an  
realmente duro a consigue en tu estudiando. Qué usted quiere a hacer es encontrar un  
area that is specifically used for studying, so the context of the situation makes  
área que es específicamente usado para estudiando, así que el context de el situación hace  
it easy for you to get into your studies.  
él fácil para usted a consigue en tu estudios.

## Tip Nr. 3

### Consejo No. 3

Dr. Lobdell's third tip is to study actively, and it's best summed up with  
El Dr. Lobdell tercera consejo es a estudio activamente, y es mejor resumido arriba con  
this quote, straight from the lecture: "The more active you are in your learning, the  
este cito, recto de el conferencia: "El más activo usted son en tu ...aprender, el  
more effective you'll be".  
más efectivo usted... ser".

Now the best way to do this, rather than going through rote memorization, or  
Ahora el mejor camino a hacer esto, más bien que yendo a a través de rote memorización, o  
reading and rereading chapters from your book, is to first ask yourself, before  
leyendo y Relectura capítulos de tu libro, es a primero pregunte a ...tú mismo, antes de  
studying, what is it that I'm learning? And what you're learning is going to  
estudiando, lo que es él que Yo soy ¿Aprendizaje? Y lo que eres... aprendizaje es yendo a a  
fall into 1 of 2 categories, either facts or concepts.  
Otoño en 1 de 2 categorías, o bien hechos o conceptos.

A concept is something like, what does this particular bone in the human body  
Un concepto es algo como, lo que hace este particular hueso en el humano cuerpo  
do? You have to understand it. And a fact is just something you need to  
hacer? Usted tienen a entender ...lo... Y un hecho es sólo algo usted necesita a  
remember. What the name of this bone is. Concepts are more important than facts,  
recuerde. Lo que el nombre de este hueso es. Conceptos son más importante que hechos,

because once you learn a concept, once you truly understand its inner workings, it's with you forever. You're going to remember it. interior funcionamiento, es con usted para siempre. Tú eres... yendo a a recuerda ...lo...

Facts, on the other hand, can sort of drift away over time, and the good thing about that is that we have Google. We can look up facts very easily. Hechos, en el otros mano, puede clasificar de deriva lejos sobre tiempo, y el bueno cosa sobre que es que nosotros tienen Google. Nosotros puede mira arriba hechos muy fácilmente.

Now unfortunately, in a testing situation in class, you have to remember both facts and concepts, and you don't have access to Google, usually, but still, concepts are going to be more important to learn first. Ahora por desgracia, en un pruebas situación en clase, usted tienen a recuerda ambos hechos y conceptos, y usted no tienen acceso a a Google, normalmente, pero todavía, conceptos son yendo a a ser más importante a aprende primero.

Now the best way to learn these concepts and to be sure you know them is to put them in your own words. Test yourself and learn actively. Ahora el mejor camino a aprende estos conceptos y a ser seguro usted conocer ellos es a poner ellos en tu propio palabras. Prueba usted mismo y aprende activamente.

And there's one thing he gives as an example, which I think is one of the most important parts from the entire lecture, and it's his example about highlighting. Now Y hay uno cosa él da como un ejemplo, que yo Piensa en es uno de el más importante partes de el todo conferencia, y es su ejemplo sobre resaltando. Ahora most students know not to highlight entire sections of the book, because if you do más estudiantes conocer no a destacar todo secciones de el libro, porque si usted hacer that, you're basically highlighting nothing at all. But if you highlight really eso, eres... básicamente destacando nada en todos. Pero si usted destacar realmente important terms, and then you go back after your first read and importante condiciones, y entonces usted ir a volver después de tu primero lea y highlight session, and study them, and just simply recognize the thing you destacar sesión, y estudio ellos, y sólo simplemente reconocer el cosa usted highlighted before, and say, "Oh, I know it," then you're getting into this resaltado antes, y decir, "Oh, yo conozca ...que"... entonces eres... conseguir en este dangerous territory where you don't know whether you're actually recalling peligroso territorio donde usted no conocer si eres... en realidad recordando something, or simply recognizing it. algo, o simplemente reconociendo ...lo...

Now the human brain is very good at recognizing things. We can recognize Ahora el humano cerebro es muy bueno en reconociendo cosas. Nosotros puede reconocer people's faces, even if we haven't seen them in a long time. But the difference de la gente caras, incluso si nosotros no han visto ellos en a largo tiempo. Pero el diferencia between recognition and recollection is that recognition requires an initial trigger, entre reconocimiento y recuerdo es que reconocimiento requiere un inicial disparador, a cue. And if you're in a test, there is no trigger or cue, you have to un señal. Y si eres... en un prueba, allí es no disparador o ...la señal, usted tienen a actually pull it forth from your memory. en realidad tirar él adelante de tu memoria.

So to test and make sure that you're actually recalling something, instead of Así que a prueba y hacer seguro que eres... en realidad recordando algo, en su lugar de just recognizing it, you need to quiz yourself. You need to do active sólo reconociendo ...lo..., usted necesita a cuestionario ...tú mismo. Usted necesita a hacer activo studying and active learning. estudiando y activo ...aprender.

## Tip Nr. 4

### Consejo No. 4

The 4th tip is to take more effective notes, and he's really brief on this one. El 4º. consejo es a toma más efectivo notas, y él es realmente breve en este uno.

Basically, he says, after class, as soon as possible, and truly as Básicamente, él dice, después de clase, como pronto como posible, y verdaderamente como soon as possible, flesh out your notes a bit. Add some more to them so pronto como posible, carne fuera tu notas un poco. Añade algunos más a ellos así que you can actually solidify the concepts on your mind. And if you're fuzzy on usted puede en realidad solidificar el conceptos en tu mente. Y si eres... fuzzy en

**something, ask another classmate who also took good notes, or go to**  
algo, pregunte a otro compañero de clase quién también tomó bueno notas, o ir a a  
**office hours, or wait until the next lecture and ask the professor before**  
oficina horas, o espera hasta el siguiente conferencia y pregunte a el profesor antes de  
**he starts, if he can clarify something that you don't really have a good grasp**  
él comienza, si él puede aclarar algo que usted no realmente tienen un bueno agarrar  
**on.**  
en.

## **Tip Nr. 5**

### **Consejo No. 5**

**The 5th tip is to summarize or teach what you learned. And he says the best**  
El 5º. consejo es a Resumir o enseñar lo que usted aprendida. Y él dice el mejor  
**way to actually learn something is to teach it. And the reason for this is two**  
camino a en realidad aprende algo es a enseñar ...lo... Y el razón para este es dos  
**fold.**  
doblar.

**Number 1, it's a great form of active studying, because you're forcing your**  
Número 1, es un grandioso formulario de activo estudiando, porque eres... forzando tu  
**brain to recall all the information, so you can basically summarize it for**  
cerebro a recuerda todos el información, así que usted puede básicamente Resumir él para  
**somebody.**  
alguien.

**And number 2, you're really making sure that you fully understand the**  
Y número 2, eres... realmente haciendo seguro que usted completamente entender el  
**subject. If you're explaining it to somebody who has absolutely no idea about the the**  
sujeto. Si eres... explicando él a alguien quién tiene absolutamente no idea sobre el el  
**topic, and they're coming at it from a beginner's perspective, then you're**  
tema, y son que viene en él de un de principiantes perspectiva, entonces eres...  
**really going to have an easy time of pinpointing gaps in your own**  
realmente yendo a a tienen un fácil tiempo de señalando brechas en tu propio  
**understanding.**  
...comprensión.

## **Tip Nr.6**

### **Consejo Nr.6**

**Tip number 6 is to use your textbooks correctly. And in this part of the**  
Consejo número 6 es a use tu libros de texto correctamente. Y en este parte de el  
**lecture, he goes over the SQ3R method, which stand for survey, question, read,**  
conferencia, él va sobre el SQ3R método, que stand para encuesta, pregunta, leer,  
**recite, and review.**  
recitar, y revisión.

**And as I talked about in my active reading video, I think overarching systems**  
Y como yo habló sobre en mi activo leyendo video, yo Piensa en global sistemas  
**like this are actually kind of cumbersome and time consuming, but I do**  
como este son en realidad amable de engorrosa y tiempo consumiendo, pero yo hacer  
**think it's important that you take individual portions of these systems and see if**  
Piensa en es importante que usted toma individual porciones de estos sistemas y ver si  
**they're worth it for your studying methods.**  
son vale la pena él para tu estudiando métodos.

**So as an example, the survey portion of SQ3R, surveying the chapter before**  
Así que como un ejemplo, el encuesta parte de SQ3R, de encuestas el capítulo antes de  
**you read it, and especially going to the end and looking at the review questions**  
usted lea ...lo., y especialmente yendo a a el fin y buscando en el revisar preguntas  
**and the vocabulary, can really prime your brain for picking out the most**  
y el vocabulario, puede realmente prime tu cerebro para escogiendo fuera el más  
**important information when you actually do the reading.**  
importante información cuando usted en realidad hacer el ...leyendo.

## **Tip Nr. 7**

### **Consejo No. 7**

**And Dr. Lobdell's 7th and final tip is to use mnemonics when studying facts.**  
Y El Dr. Lobdell 7°. y final consejo es a use mnemotécnicos cuando estudiando hechos.  
**Now, facts, as opposed to concepts, are a lot harder to tie actual**  
Ahora, hechos, como se opone a a conceptos, son un lote más difícil a corbata actual  
**meaning to, and as a result, a lot of students often turn to simple rote**  
que significa a, y como un resultado, un lote de estudiantes a menudo gira a simple rote  
**memorization to remember them, but a better way to go about it is to use**  
memorización a recuerda ellos, pero un mejor camino a ira sobre él es a use  
**mnemonics. And a mnemonic is really any system that facilitates recall,**  
mnemotécnicos. Y un mnemotécnica es realmente cualquier sistema que facilita recuerda,  
**but he goes over 3 specific types of mnemonics in the video.**  
pero él va sobre 3 específico tipos de mnemotécnicos en el video.  
**And those 3 are acronyms, things like "Roy G. Biv" for remembering the color spectrum,**  
Y esos 3 son acrónimos, cosas como "Roy G. Biv" para recordando el color espectro,  
**coined sayings, things like, "in 1492 Columbus sailed the ocean blue", and the third**  
acuñado dichos, cosas como, "en 1492 Colón navegó el océano azul", y el tercera  
**one, which both I and Dr. Lobdell think is the best one, image associations.**  
uno, que ambos yo y El Dr. Lobdell Piensa en es el mejor uno, imagen asociaciones.  
**Another way to think about image associations are just interacting images,**  
Otro camino a Piensa en sobre imagen asociaciones son sólo interactuando imágenes,  
**including the thing you're trying to study, that create a ridiculous picture or story**  
incluyendo el cosa eres... intentando a estudio, que crear a ridículo foto o historia  
**in your head. The more emotionally evocative or weird it is, the more easily**  
en tu cabeza. El más emocionalmente evocador o raro él es, el más fácilmente  
**you're going to be able to recall that piece of information.**  
eres... yendo a a ser capaz a recuerda que pieza de información.

**That's it**  
Eso es... él

**So, that is my summary of Dr. Lobdell's lecture. If you want to see the entire**  
Así que.., que es mi resumen de El Dr. Lobdell conferencia. Si usted quiere a ver el todo  
**hour long video, I have it linked down in the description. Otherwise, you can**  
hora largo video, yo tienen él enlazado abajo en el descripción. De lo contrario, usted puede  
**get my notes and other things in the end card. Thanks for watching this video, and**  
consigue mi notas y otros cosas en el fin tarjeta. Gracias para mirando este video, y  
**I will see you in the next one.**  
yo será ver usted en el siguiente uno.

**The End**  
El Fin

**Hey guys, thanks for sticking around to the end of my video.**  
Hey chicos, gracias para sticking alrededor de a el fin de mi video.  
**Now if you want to get even more study tips, I made a video about**  
Ahora si usted quiere a consigue incluso más estudio consejos, yo hecho un video sobre  
**advanced study tips last week, and you can see those by clicking the**  
avanzado estudio consejos último semana, y usted puede ver esos por haciendo clic en el  
**thumbnail.**  
...en miniatura.  
**Also, if you want to get new study tips every single week, and ways**  
También, si usted quiere a consigue nuevo estudio consejos cada solo semana, y maneras  
**to be an awesome college student, then just click the big, red**  
a ser un impresionante universidad estudiante, entonces sólo haga clic en el grande, rojo  
**subscribe button, right there.**  
suscribirse ...botón, a la derecha allí.  
**As I said in this video, you can get my detailed notes on the entire**  
Como yo dijo en este video, usted puede consigue mi detallado notas en el todo  
**lecture by clicking the orange button to go to the companion blog post for**  
conferencia por haciendo clic en el naranja botón a ira a a el compañero blog post para  
**this video.**  
este video.

**And also, if you want to become an awesome study-er, I wrote a**  
Y también, si usted quiere a se convierten en un impresionante Estudiante, yo escribió un  
**hundred plus page book on how to get better grades, and you can get it**  
cien más página libro en cómo a consigue mejor grados, y usted puede consigue él  
**for free by clicking the picture of the book.**  
para gratis por haciendo clic en el foto de el libro.

**Lastly, if you want to connect with me, or have ideas for new videos, you**  
Por último, si usted quiere a Conecta con a mí, o tienen ideas para nuevo videos, usted  
**can either connect with me on Twitter @TomFrankly, or just leave a comment on this**  
puede o bien Conecta con me en Twitter @TomFrankly, o sólo deja un comentario en este  
**video.**  
video.