

## CARENCIAS DE ALGUNOS ESTUDIANTES

1. FALTA DE MÉTODO DE ESTUDIO.  
Carecen de un sistema eficaz de trabajo.  
No saben cómo estudiar.  
No suelen estar organizados.  
A veces pierden mucho tiempo.
  
2. FALTA DE PLANIFICACIÓN.  
  
No saben organizar el tiempo disponible.
  
3. NO LLEVAN LAS MATERIAS AL DÍA.  
Suelen ir por detrás del ritmo de la clase.
  
4. FALTA DE AMBICIÓN.  
Algunos alumnos/as se contentan con aprobar y pasar de curso (Ley del mínimo esfuerzo).  
No tienen margen de seguridad (Se contentan con el cinco).  
Carecen de espíritu de trabajo.  
Les falta gusto e ilusión por aprender y saber.

## 1.- ACTITUD ANTE EL ESTUDIO

- ***El estudiante:***

***Debe afrontar los estudios con optimismo y convicción.***

***Necesita poner ilusión en lo que hace.***

***Tiene que actuar con seriedad y con rigor.***

***No se puede conformar simplemente con aprobar.***

***Armarse de una gran dosis de humildad.***

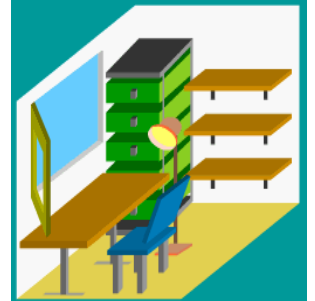
***Tiene que ser también un buen “encajador”.***



Los estudiantes que sobresalen no suelen ser los más inteligentes, sino alumnos motivados, que confían en sus posibilidades, que se toman el trabajo en serio, que lo planifican y que utilizan un eficaz método de estudio.

### 3.- LUGAR DE ESTUDIO.

- *Debe ser:*
  - *Cómodo.*
  - *Silencioso, sin música, sin TV.*
  - *Buena temperatura.*
  - *Ventilado (Ventilar regularmente).*
  
- *Iluminación:*
  - *Desde la izquierda ¿?.*
  - *Si es posible luz natural.*
  - *Luz indirecta que ilumine toda la habitación.*
  - *Foco de luz azul centrado en la mesa.*
  
- *Estudiar sentado delante de una mesa.*
  - *Mesa amplia.*
  - *Silla cómoda.*
  - *Todo el material de estudio debe estar a mano.*
  - *No debe haber nada que nos distraiga.*
  
- *Trabajar siempre en el mismo lugar.*
  
- *Tener todo el material a mano.*



**El estudiante debe tratar de maximizar la utilidad de sus horas de estudio, lo que le permitirá terminar antes y tener más tiempo para el descanso y otras actividades.**

#### 4.- TIEMPO DE ESTUDIO

- *Estudiar desde el primer día.*
- *Mantener un ritmo de estudio de 2 horas diarias.*
- *Ritmo de trabajo:*
  - *Comenzar por una tarea que tenga una dificultad media.*
  - *Seguir por la que más cuesta.*
  - *Terminar por la más fácil.*
- *Descansar 5 minutos por cada hora de estudio.*
- *Estudiar siempre durante el día.*
- *Estudiar siempre a la misma hora.*
- *Si hay que estudiar los fines de semana hacerlo el viernes o el sábado por la mañana.*
- *No retrasar el comienzo de estudio, hay que ser rigurosos.*
- *Es bueno fijarse metas, objetivos.*
- *Finalizar el tiempo de estudio valorando el rendimiento obtenido.*
- *Reservar para después del estudio alguna actividad agradable.*
- *Se puede admitir cierta flexibilidad.*



**El estudiante debe procurar que el tiempo de estudio sea lo más provechoso posible.**

**No se trata de estudiar muchas horas, sino de aprovechar al máximo EL TIEMPO de estudio.**

## 5.- ASISTENCIA A CLASE.

- *Asistir a clase con regularidad (Solo se debe faltar cuando hay una causa justificada).*
- *Sentarse, si es posible, en las primeras filas.*
- *Llevar el material necesario.*
- *Estar muy atento en clase.*
- *Traer los deberes realizados.*
- *Leer en casa el día anterior lo que el profesor tiene previsto explicar.*
- *Preguntar las dudas en clase.*
- *Cuidar el comportamiento en clase.*
- *Hacer cada día los deberes que nos ponen.*



-Solo se debe faltar a clase cuando hay una causa justificada.

-Todo lo que se aprenda en clase es algo que uno lleva adelantado y que no tendrá que repetir en casa.

## 6.- SUBRAYADO.

*Lo utilizamos para resaltar las ideas principales del texto, facilitando su estudio, memorización y repaso.*

### REGLAS

- 1. Hacer una lectura comprensiva antes de realizar el subrayado.*
- 2. Subrayar párrafo a párrafo.*
- 3. Se subrayan únicamente palabras claves y no frases enteras.*
- 4. Se pueden utilizar un par de colores. (No es conveniente emplear múltiples colores.)*
- 5. En el subrayado además de líneas se pueden utilizar otros signos: flechas, diagramas, pequeños esquemas, signos interrogación, llamadas de atención, etc.*

**El subrayado exige concentración, pues hay que diferenciar lo fundamental de lo accesorio.**

## 7.- LOS DEBERES

- *Los deberes hay que hacerlos diariamente:*
  - *Ayudan a ir asimilando lo que se va explicando en clase.*
  - *Te exige llevar la asignatura al día.*
  - *Permite aprovechar la clase en la que se corrigen.*
  - *El/la profesor/a percibe a los alumnos responsables.*
- *Lo ideal es hacer los deberes el mismo día en que se ha visto la lección.*
- *Si se hacen los deberes, es bueno que si el profesor/a pide voluntarios uno debe presentarse.*
- *Cuando en clase se corrigen los deberes hay que estar muy atentos.*
- *Si en las correcciones surgen dudas es el momento de planteárselas al profesor/a.*



**"No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy"**

## 8.- EXÁMENES

### **INDICACIONES:**

- *Preparar el día anterior todo el material necesario.*
- *Llegar al examen con tiempo suficiente.*
- *Estar tranquilo antes del examen.*
- *Prestar mucha atención a las indicaciones del profesor.*
- *Leer todas las preguntas.*
- *Comenzar por las preguntas que mejor se saben, después las que sabemos un poco menos y acabar con las complicadas.*
- *Procurar no dejar preguntas en blanco.*
- *Controlar el tiempo.*
- *Al final repasarlo todo muy bien.*
- *No cometer faltas de ortografía.*
- *Hacer una buena presentación:*
  - Letra clara.*
  - Establecer márgenes.*
  - Evitar tachones.*

**El esfuerzo planificado es garantía de éxito por difícil que pueda ser la materia.**



## 9.- PRESENTACIÓN DE TRABAJOS.

- ***Informarse de todos los aspectos del trabajo:  
Tema, extensión, partes, etc....***
- ***Buscar información.***
- ***Estructura del trabajo.***
  - ***Portada.***
  - ***Índice.***
  - ***Introducción.***
  - ***Desarrollo.***
  - ***Conclusión.***
  - ***Bibliografía empleada.***
- ***Redacción correcta y comprensible.***
- ***Cuidar la forma:***
  - ***Faltas de ortografía.***
  - ***Estética***

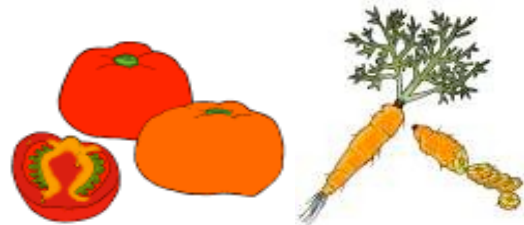


Es importante que el estudiante se sienta orgulloso de su trabajo bien hecho, para ello debe cuidar tanto el fondo como la forma.

## 10.- ALIMENTACIÓN

*El estudio es una actividad que exige un gran esfuerzo y para rendir al máximo hay que estar en buen estado de salud. Por tanto, el estudiante se tiene que cuidar, en ello juega un papel esencial una alimentación sana.*

- *La dieta debe ser equilibrada y variada (Verduras, legumbres, frutas, leche y derivados lácteos, huevos, cereales, frutos secos, chocolate, etc.*
- *No se pueden hacer dietas de adelgazamiento.*
- *Evitar tomar bebidas estimulantes.*
- *Respetar las horas de sueño.*
- *Es bueno practicar algún deporte.*



**Para obtener buenos resultados en los estudios es necesario tener inquietud por aprender, asistir a clase con interés todos los días y trabajar en casa con orden y autodisciplina.**