

5 CONSEJOS PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO ESCOLAR

1.- Prepárate un AMBIENTE de estudio cómodo y silencioso, que te permita concentrarte y donde estén todos los materiales necesarios para estudiar.

- Prepara todo lo necesario antes de ponerte a estudiar

2.- PLANIFICA Y ORGANIZA TU TIEMPO DE ESTUDIO:

a) Utiliza la agenda para apuntar los deberes que llevas y las fechas de los exámenes o de entrega de trabajos.

b) Estudia todos los días aproximadamente a la misma hora y durante un tiempo fijo.

c) Distribuye bien el tiempo para cada materia.

d) Al terminar, prepara los materiales para el día siguiente.

3.- Elabórate un HORARIO de estudio.

- Empieza por una materia de dificultad media para calentar motores, y después ve desde lo más difícil hasta lo más fácil.

4.- Usa las TÉCNICAS DE ESTUDIO.

a) Haz una visual rápida del tema, para tener una idea global del mismo.

b) Haz una lectura comprensiva de los apartados del tema y después comprueba si lo entiendes.

- c) Subraya el tema o escribe en post-it las ideas principales (después pégalos en el tema)
- d) Revisa los ejercicios hechos en clase esa mañana y haz los que te han mandado para el día siguiente.
- e) Haz un resumen o esquema si lo consideras necesario.
- f) Comprueba que ya te lo sabes, diciéndotelo en voz alta.

5.- Cómo preparar los EXÁMENES:

- a) Prepáralos con varios días de antelación.
- b) Revisa los ejercicios que tengas hechos.
- c) Escribe las preguntas que crees que te van a poner en el examen.
- c) El día antes del examen repasa los esquemas e intenta que se te fijen en la memoria.
- d) Intenta hacer el examen que te has imaginado. Corrige los fallos que hayas cometido.
- e) Si antes del examen estás muy nervioso, haz ejercicios de relajación o respiraciones profundas y piensa frases positivas (va a ser fácil, me lo se bien, es seguro que lo apruebo,...)

