

¡MANTÉNLOS EN MENTE!

Te invitamos estimado alumno a mantener en tu mente el firme propósito de obtener buenos resultados, para así poder contar con la aprobación de tus padres o apoderados y disfrutar la satisfacción del logro personal. Hemos seleccionado algunos consejos referentes a los hábitos de estudio que esperamos puedan serte de utilidad.

Los diez hábitos de estudio de los estudiantes exitosos



Fuente: www.how-to-study.com

Los estudiantes exitosos tienen buenos hábitos de estudio. Ellos los aplican en todas sus clases y a todas las materias de estudio. Haz el serio esfuerzo de incorporar cualquier hábito de estudio que aún no hayas adquirido. No sólo será un importante logro personal sino que será además, una gran satisfacción para tus padres.

Los estudiantes exitosos...

1. ...tratan de no estudiar demasiado cada vez.

Si tratas de estudiar demasiado cada vez, te cansarás y tu estudio no será muy efectivo. Distribuye el trabajo que tienes que hacer en periodos cortos. Si tomas descansos breves, podrás restaurar tu energía mental.

2. ...planifican horarios específicos para el estudio.

El tiempo de estudio es cualquier tiempo en el que hagas algo relacionado con el trabajo escolar. Puede ser completar lecturas asignadas, trabajar en una tarea o proyecto, o estudiar para una prueba. Programa horarios específicos a lo largo de la semana para tu tiempo de estudio.

3. ...tratan de estudiar a la misma hora cada día.

Si estudias a la misma hora cada día, estableces una rutina que se transforma en una parte habitual de su vida, como dormir o comer. De esta manera, cuando llegue la hora programada de estudio del día, estarás mentalmente preparado para empezar a estudiar.

4. **...se fijan metas específicas para sus horas de estudio.**

Las metas te ayudan a mantenerte enfocado y controlar tu progreso. El simple hecho de sentarte a estudiar tiene poco valor. Deberás tener muy claro lo que deseas lograr durante tus horas de estudio.

5. **...empiezan a estudiar exactamente a la hora programada.**

Puede que retrases tu hora de inicio del estudio porque no te gusta una tarea o piensas que es muy difícil. El retraso en iniciar el estudio se llama "dejar las cosas para más tarde." Si dejas las cosas para más tarde por cualquier razón, encontrarás que es difícil terminar las cosas cuando necesites hacerlo. Tendrás que apurarte para compensar el tiempo que perdiste al inicio, lo cual traerá como resultado un trabajo a medias y con errores.



6. **... siempre empiezan por la tarea más difícil.**

Las tareas más difíciles van a requerir un mayor esfuerzo de tu parte. Por eso, siempre empieza por ellas pues es precisamente al comienzo de tu estudio cuando tienes más energía mental.

7. **...repasan sus apuntes antes de comenzar una tarea.**

Repasar tus apuntes, guías y textos de estudio te ayuda a estar seguro de que estás haciendo correctamente la tarea. Además, tus apuntes pueden incluir información que te ayudará a completarla mejor.

8. ...les piden a sus amigos que no los llamen durante sus horas de estudio.

Si tus amigos te llaman mientras estás estudiando, pueden ocurrir dos problemas: Primero, que tu trabajo se verá interrumpido, y no es tan fácil retomar el hilo de lo que se estaba haciendo. Segundo, que tus amigos pueden hablarte de cosas que te distraigan de lo que necesitas hacer. Una idea sencilla: apaga tu celular durante el tiempo que estás estudiando.

9. ...llaman a un compañero cuando tienen dificultad con alguna tarea.

Aquí aplica plenamente el dicho de que "dos cabezas piensan mejor que una."

10. ...repasan su trabajo escolar el fin de semana.

Sí, los fines de semana deberían ser un tiempo para divertirse. Pero también puedes dedicar algún tiempo para revisar si tienes tareas, materiales que comprar o pruebas. Esto te ayudará a estar preparado al iniciar otra semana escolar el lunes por la mañana.

Estos diez hábitos de estudio pueden ayudarte a través de todo el proceso educacional. Conviértelos en tus propios hábitos de estudio.