

Recomendaciones para estudiar en casa



**5. Evitar las distracciones**

Si usas el computador, intenta **no** acceder a redes sociales o “googlear” temas irrelevantes que nada tienen que ver con la materia en estudio. Evita tener el celular cerca. Es recomendable tener una botella de agua en el escritorio, para no perder tiempo de estudio.

**4. Método de estudio**

Es importante no sólo leer la materia sino comprenderla. Para esto es muy útil hacer resúmenes, transcribir la materia, subrayar, resumir, hacer mapas conceptuales o esquemas que nos ayudarán también a entender y memorizar lo que estudiamos. Practicar la lectura complementaria  todos los días a lo menos por 30 minutos.

**1. Planificación**

Realizar un horario de estudio semanal, similar al horario de clases para trabajar todas las asignaturas con el material entregado por los profesores,  evitando estudiar todas las materias en un solo día.

**2. Tiempos de estudio**

Un gran método para gestionar los tiempos de estudio es por dosis de minutos. Es decir, estudiar sin levantarse absolutamente para nada durante 30, 45 o 60 minutos y luego hacer un descanso de 5 o 10 minutos para liberarse. Empezar el horario de estudio lo más temprano posible evitando  estudiar en la tarde o en la noche.

**3. Espacio de estudio**

Para ello es esencial tener un espacio de estudio adecuado. Esto se traduce en una mesa amplia, silla cómoda, sala luminosa, aislamiento de ruidos y sólo material indispensable (textos, guías, lápices, destacadores, cuadernos, etc).

[https://www.curriculumnacional.cl/estudiante](https://www.curriculumnacional.cl/estudiante/621/w3-channel.html)

[https://www.campusmathema.com](https://www.campusmathema.com/nuevo/index.php/video/867-ingles-13)

<https://bdescolar.mineduc.cl/>

<https://educarchile.cl/>

Links de apoyo escolar

“La perseverancia, responsabilidad y organización, son las herramientas para realizar un buen trabajo”