

HÁBITOS DE ESTUDIO

Recomendaciones



COMO PREPARAR UN EXAMEN

- 1.- Debes llegar a tiempo y preparado con los materiales que requieres.
- 2.- Debes revisar rápidamente todo el examen antes de contestarlo.
- 3.- Debes leer detenidamente todas las instrucciones.
- 4.- Debes distribuir tu tiempo adecuadamente, contesta primero lo que sabes y deja al final lo más complicado.
- 5.- Debes tomar tu tiempo al contestar el examen, respetando el límite establecido.
- 6.- Debes preocuparte por aprender para la vida no para el examen.



OPTIMIZACIÓN DE LA LECTURA DE LOS EXAMENES Y/O TAREAS

- 1.- Debes ejercitarte en la lectura exploratoria del examen y/o de las actividades encomendadas.
- 2.- Debes ejercitarte en la lectura de comprensión de las instrucciones en un examen, en una pregunta de examen y/o en una tarea.
- 3.- Debes leer y seguir las instrucciones de un examen, la rúbrica de una actividad o tarea.
- 4.- Debes de realizar tanto la metacognición como la autorregulación en los exámenes, en las preguntas de los exámenes y/o en las tareas.



COMO PREPARAR LAS NOTAS DE CLASE PARA ESTUDIAR

- 1.- Debes ejercitarte en la lectura exploratoria del texto de estudio.
- 2.- Debes ejercitarte en la lectura de comprensión.
- 3.- Debes adoptar una actitud crítica respecto de lo que lees y obtener tus propias conclusiones.
- 4.- Debes elaborar esquemas, un cuadro sinóptico, un cuadro comparativo, un glosario, un resumen, una síntesis, un mapa conceptual, un mapa mental, un cuestionario, según sea necesario.
- 5.- Debes encontrar el significado de aquellos términos desconocidos e incluirlos en el glosario.
- 6.- Debes memorizar y comprender aquellos términos y conceptos fundamentales por tema tratado en clase.



ACTITUD Y CONDUCTAS PRODUCTIVAS PARA EL ESTUDIO

- 1.- Debes solicitar los programas de tus asignaturas al inicio del semestre.
- 2.- Debes contar con una carpeta con hojas suficientes, cuardenos, pluma, lápices de colores, goma, regla, calculadora, etc. en cada una de las clases.
- 3.- Debes estudiar por adelantado las clases.
- 4.- Debes poner toda la atención posible en cada clase.
- 5.- Debes escribir notas durante cada clase de las diferentes asignaturas.
- 6.- Debes anotar textualmente las fórmulas, las leyes, los principios, las reglas, términos y definiciones, procedimientos, rubricas para realizar tareas, ejemplos, etc. que expone el maestro en clase.
- 7.- Debes contar con apuntes limpios, ordenados y legibles por cada clase a la que asistas de tal manera que puedas entenderlos posteriormente.
- 8.- Debes contar una síntesis, así como un glosario de los principales términos y conceptos tratados en cada clase.
- 9.- La primer condición para aprender es querer aprender, debes mantener una actitud positiva al estudiar.
- 10.- Has llegado a ser lo que eres por los pensamientos que ocupan tu mente, debes planear tu proyecto de vida.



ORGANIZACIÓN PARA EL ESTUDIO

- 1.- Debes contar con un espacio ventilado, iluminado y ordenado para el estudio.
- 2.- Debes contar con todos los recursos como goma, lápiz o pluma, hojas, diccionario, etc.
- 3.- Debes contar con los apuntes de clase, libros, artículos, computadora o tablet, acceso al internet para estudiar.
- 4.- Debes evitar los distractores como: ver televisión, oír radio, hablar por teléfono, celular, chatear en la computadora, etc.
- 5.- Debes buscar ayuda para resolver tus problemas personales y/o de salud para tener un mejor rendimiento.
- 6.- Debes acudir de manera regular a la biblioteca para estudiar o consultar información.



MOTIVACIÓN PARA EL ESTUDIO

- 1.- Debes tomar conciencia si verdaderamente deseas estudiar la carrera elegida.
- 2.- Debes buscar la aplicación práctica de las asignaturas.
- 3.- Debes elegir el mejor momento del día para estudiar de acuerdo a tú estilo de aprendizaje.
- 4.- Debes generar un área de estudio agradable.
- 5.- Debes establecer metas para lograr la automotivación.
- 6.- Debes buscar orientación con tus profesores para que te asesoren y logres satisfacción al estudiar y aprender.



DISTRIBUCIÓN DE TIEMPO

- 1.- Debes escribir notas durante cada clase de las diferentes asignaturas.
- 2.- Debes elaborar un horario de estudio por cada día de la semana.
- 3.- Debes respetar horarios y ser puntual en su cumplimiento de las actividades extraescolares programadas.
- 4.- Debes conocer el contenido y distribución de horas de las materias que cursas.
- 5.- Debes contar con los recursos mínimos necesarios para desarrollar las actividades extraescolares.
- 6.- Debes revisar la agenda de actividades diariamente.
- 7.- Debes planificar diariamente tus actividades extraescolares de acuerdo a la complejidad de los contenidos.