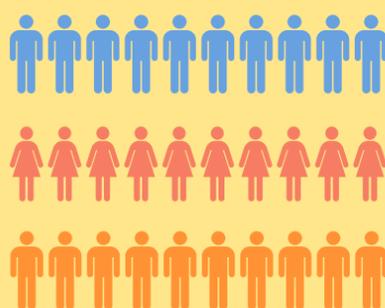


EDUCACIÓN EN CASA

Consejos para un efectivo estudio en casa.

PLANIFICACIÓN

Planificar siempre es importante. Debes tener en cuenta fechas de recepción y entrega de guías de trabajo, es ideal que cada semana tengas 5 metas y cada día cumplas una.



ESPACIO DE ESTUDIO

Evita distraerte con cualquier cosa. Designa un espacio para el estudio, debe ser; mesa, silla cómoda, luz apropiada y solo el material que utilizarás para realizar aquella actividad. Si tiene hijos, compartir este espacio de estudio con ellos, realizando las labores escolares en familia.



TIEMPOS DE ESTUDIO

Gestiona tu tiempo de forma eficaz, de acuerdo a ti. Un método de estudio es por dosis de minutos, sin levantarse por 30, 40 o 50 minutos y alternamos con 10 a 15 minutos de descanso. Con esto podremos concentrarnos y enfocarnos en la actividad propuesta.



EVITAR DISTRACCIONES

LAS

Utiliza de forma adecuada tu celular. Evita páginas de internet o juegos que no sea adecuada a la actividad propuesta. La música puede ser un distractor, utilice música instrumental. Tener botella con agua para hidratarse.



TODA LA INFORMACIÓN EN:

Sigue más consejos en www.cepjasanramon.cl y apoyo en tus tareas en apoyopie.educacionadultos@gmail.com