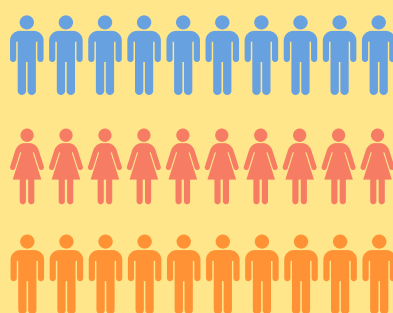


# EDUCACIÓN EN CASA

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](http://www.cepjasanramon.cl) y apoyo en tus tareas en [apoyopie.educacionadultos@gmail.com](mailto:apoyopie.educacionadultos@gmail.com)