



Me organizo para aprender desde mi casa

Saber organizarse empieza por crear un **PLAN** que permita llevar adelante las clases, las actividades y/o trabajos; el estudio y otras actividades, mediante un **horario**, cuyo cumplimiento hará que se adquiera el hábito de estudio, tan necesario y útil para obtener buenos resultados.



Ordenar el trabajo de cada día supone programar no solamente el tiempo que se va a dedicar a realizar las actividades académicas, sino también el tiempo que se va a brindar a lo que propiamente es el estudio, los períodos de descanso y ocio.

Lo primero que debes pensar al momento de organizar cualquier tipo de actividad es **cuánto tiempo demoras** aproximadamente en realizar lo que quieres hacer, esto te ayudará a lograr una mejor organización.

También es importante considerar **cuánto tiempo dispones** para hacer esa tarea, por ejemplo, si hoy es miércoles y me piden una guía para el lunes, debo preguntarme ¿cuántos días tengo para poder tener lista esa guía?

Por otra parte, es fundamental que identifiques aquellas asignaturas que son más difíciles para ti, ya que a estas deberás otorgarles más tiempo y dedicación.



MI HORARIO DE TRABAJO ACADÉMICO EN CASA

Para planificar tu horario:

- ✓ Debes conocer tu Plan **de aprendizaje semanal**, de esta forma sabrás todo lo que tienes que realizar.
- ✓ Elabora un horario fijo, empezando en lo posible todos los días a la misma hora.
- ✓ Intenta tener un horario continuo, evitando los saltos (un rato por la mañana y otro por la tarde). Si lo haces interrumpiendo el estudio, te resultará más difícil concentrarte y perderás mucho tiempo retomando las actividades.
- ✓ Prepara todos los materiales necesarios para realizar las actividades.
- ✓ Estudia en periodos de 40 minutos máximo.
- ✓ Realiza pausas de 5 minutos para descansar y luego seguir estudiando. En estas pausas debes moverte del espacio en donde te encuentras, ya sea ir a buscar algo que necesites, tomar agua, ir al baño, etc.



- ✓ Para establecer el orden de las actividades es mejor:
 - Comenzar por asignaturas o tareas de dificultad mayor
 - Seguir con las de dificultad intermedia
 - Finalizar con las más fáciles

- ✓ Hay que planificar todo lo que vas a hacer:
 - Guías y actividades
 - Lectura
 - Elaborar esquema
 - Almorzar
 - Desayunar
 - Tiempo libre
 - Hacer un resumen
 - Repasar

Ejemplo:

HORA	LUNES
08:30 - 09:00	Desayuno
09:00 - 09:40	Lenguaje
09:40 - 09:45	Break (debes moverte, caminar, saltar, etc.)
09:40 - 10:20	Lenguaje (continuación)
10:20 - 10:25	Break
10:25 - 11:05	Historia
11:05 - 11:30	Recreo (comer algo saludable)
11:30 - 12:10	Ciencias (Biología)
12:10 - 12:15	Break
12:15 - 13:00	Matemática
13:00 - 13:05	Break
13:05 - 13:45	Matemática
14:00 - 15:00	Almuerzo



A continuación te entregamos dos plantillas para que puedas organizarte, puedes hacerlo por día o por la semana completa:

Diario:

HORA	LUNES

