



¿Cómo voy?



Empezamos un nuevo periodo de trabajo, luego de estas anticipadas vacaciones, por lo tanto es conveniente hacer una pausa para que hagas una revisión personal de este proceso.

Para ello te invitamos a que analices cada una de las áreas que inciden en tus aprendizajes y que hemos trabajado en las semanas anteriores.

Responde sinceramente...

ACTITUD Y MOTIVACIÓN	SIEMPRE	FRECUENTE MENTE	POCAS VECES	NUNCA
He tenido una actitud positiva frente a las actividades académicas que debo realizar				
Frente a situaciones de estrés y/o cansancio he realizado pausas y algún tipo de ejercicio de relajación				
USO DE AGENDA	SIEMPRE	FRECUENTE MENTE	POCAS VECES	NUNCA
Utilizo mi agenda para anotar mis actividades escolares (que esté todo en un mismo lugar)				
Utilizo mi agenda u otro organizador para planificar mi trabajo personal				
Reviso si he cumplido con lo planificado y reprogramo aquello que no he cumplido				
DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO	SIEMPRE	FRECUENTE MENTE	POCAS VECES	NUNCA
Tengo un horario donde organizo mi tiempo a diario				
Tengo asignado la cantidad de tiempo suficiente para realizar las actividades que debo				
En mi tiempo libre considero la realización de actividades físicas				
Duermo la cantidad de horas necesarias para un adecuado descanso				
Me alcanza el tiempo para realizar lo que debo diariamente				
Cumplio mi horario				
LUGAR DE TRABAJO EN CASA	SIEMPRE	FRECUENTE MENTE	POCAS VECES	NUNCA
Tengo un lugar apropiado para realizar mi trabajo escolar en casa (iluminado, sin ruidos, sentada frente a una mesa, etc.)				
Tengo los materiales que necesito antes de empezar a trabajar				



Según lo anterior, identifica dos áreas en las que consideres importante mejorar y las medidas concretas que utilizarás para superarlas:

Área con dificultad	Estrategia para mejorar