



## ME ORGANIZO PARA APRENDER DESDE MI CASA



Es recomendable que esta guía sea leída y supervisada por tus padres y/o tutor.



¡Hola! Esta guía te entregará algunos consejos de cómo poder organizar tus tareas escolares para realizarlas en tu casa de manera completa y ordenada durante la semana.

## MI HORARIO DE TRABAJO ESCOLAR EN CASA



Para este caso aprenderemos a realizar un **horario de trabajo escolar semanal**, por lo que es importante que al momento de realizarlo tengas tu **horario de clases, las fechas de tareas, trabajos y evaluaciones**.

La realización de un horario te ayudará a crear hábitos de estudio, lo cual te ayudará a aprender mejor. El ordenar tus tareas también favorecerá que te concentres mejor y también podrás dejar tiempo libre para hacer lo que más te guste. De esta manera te sentirás bien porque habrás hecho tus tareas, pero también habrás disfrutado de tiempo libre.

Para que todas estas características se cumplan, es importante que sepas cómo utilizas el tiempo y cuánto demoras en hacer una actividad considerando también el grado de dificultad que pueda tener esta.

Para esta ocasión, es ideal que elabores una rutina diaria similar a los horarios del colegio, de manera que se cumpla una jornada para así dejar tiempo libre y realizar actividades recreativas, momentos de compartir en familia, etc.



Puedes revisar el calendario de evaluaciones desde la página del colegio:

[https://colegiodelsagrado.corazon.cl/calendario\\_evaluaciones](https://colegiodelsagrado.corazon.cl/calendario_evaluaciones)



### PASOS PARA ELABORAR MI HORARIO PERSONAL

- 1** Como ya dijimos, el primer paso es conocer tu horario de clases, las fechas de tareas, trabajos y evaluaciones.
- 2** Es importante recordar que dentro tu horario deben estar todas las actividades que realizas durante el día, es decir debes considerar los tiempos para desayunar, almorzar, los recreos, etc. Por ejemplo:

Horas	LUNES
07:00 - 07:55	Levantarse Bañarse Vestirse Tomar desayuno
08:05 – 08:40	Ejemplo: Clase de Matemática

Además, siempre debes tener todos tus materiales listos y ordenados para comenzar a realizar tus actividades.

- 3** Para organizar las **TARDES**... Una vez que ya revisaste tu horario de clases y fechas de tareas, trabajos y evaluaciones debes estipular bloques de trabajo, los cuales no deben superar los 35 minutos. Luego de eso debes realizar un break de 10 minutos en donde debes moverte y continuar con otro bloque de 35 minutos:

Horas	LUNES
16:00 - 16:35	Actividad 1 Ejemplo: Guía que no terminé en las clases de la mañana, tareas, realizar trabajo de artes visuales, desafío semanal, etc.
16:35- 16:45	Descanso
16:45 – 17:20	Actividad 2 Ejemplo: Lectura libro Plan Lector, realizo trabajo de música, guías de ciencias naturales, trabajo de historia, etc.
Finalizo mi sesión	



Intenta comenzar con aquellas asignaturas que sean más difíciles para ti y luego continúa con las de menor dificultad.



4

De esta manera, podrás ir ordenando y organizando todas las actividades que realizarás durante el día, aquí tenemos otro ejemplo:

Horas	LUNES
07:00 - 07:55	Levantarse Bañarse Vestirse Tomar desayuno
7:55 – 08:05	Tiempo de encuentro
08:05- 08:40	Ciencias Naturales
08:40 - 09:15	Ciencias Naturales
09:15 – 09:30	Matemática
09:30 - 10:05	Recreo
10:05 – 10:40	Matemática
10:40 - 11:15	Lenguaje
11:15 – 11:35	Recreo
11:35 – 12:10	Artes Visuales
12:10 – 12:45	Artes Visuales
12:45 - 13:00	Recreo
13:00 - 13:35	Inglés
13:35 – 14:10	Almuerzo
14:10 – 15:25	Descanso
15:25 – 16:00	Actividad 1
16:00 – 16:10	Pausa
16:10 – 16:45	Actividad 2
16:45 – 16:55	Pausa
16:55- 18:00	Tiempo libre
18:00 – 18:30	Tomar té
18:30 – 19:40	Tiempo libre
19:40 – 20:40	Cenar
20:40 - 21:00	Acostarse y leer
21:00	Dormir



# 5

Y siguiendo este ejemplo podrás completar tu horario semanal personal

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:00 - 07:55	Levantarse Bañarse Vestirse Tomar desayuno				
7:55 - 08:05	Tiempo de encuentro				
08:05 - 08:40	Ciencias Naturales				
08:40 - 09:15	Ciencias Naturales				
09:15 - 09:30	Matemática				
09:30 - 10:05	Recreo				
10:05 - 10:40	Matemática				
10:40 - 11:15	Lenguaje				
11:15 - 11:35	Recreo				
11:35 - 12:10	Artes Visuales				
12:10 - 12:45	Artes Visuales				
12:45 - 13:00	Recreo				
13:00 - 13:35	Inglés				
13:35 - 14:10	Almuerzo				
14:10 - 15:25	Descanso				
15:25 - 16:00	Actividad 1				
16:00 - 16:10	Pausa				
16:10 - 16:45	Actividad 2				
16:45 - 16:55	Pausa				
16:55 - 18:00	Tiempo libre				
18:00 - 18:30	Tomar té				
18:30 - 19:40	Tiempo libre				
19:40 - 20:40	Cenar				
20:40 - 21:00	Acostarse y leer				
21:00	Dormir				



