"ELEMENTOS BÁSICOS DEL BUEN ESTUDIO"



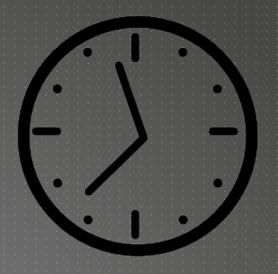
¿QUÉ ES UN HÁBITO DE ESTUDIO?

- Al momento de estudiar, todo estudiante hace uso de diferentes métodos que lo ayudan (o no) a aprovechar de manera más eficaz la información que se le proporciona en clase, las tareas que se le asignan o los proyectos que debe desarrollar.
- Cuando un estudiante tiene un lugar y horario determinado para la realización de los deberes, métodos para estudiar y organizar la información, para realizar sus tareas, etc., se dice que tiene hábitos de estudio.

¿CUÁLES SON LOS HÁBITOS DE ESTUDIO NECESARIOS PARA OBTENER MEJORES RESULTADOS ESCOLARES?

I-. PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO:

La planificación del tiempo es uno de los factores más importantes para el éxito escolar.



- Existen tres puntos principales que dificultan el estudio:
- Dificultades para iniciar el estudio.
- Saltar de una materia a otra.
- No se estudia lo que se debe.





- Estos problemas podrían solucionarse con un PROGRAMA DE ACTVIDADES:
- Un programa de actividades te indicará lo que tienes que hacer y en qué momento debes hacerlo, además, reduce el desperdicio de tiempo.

¿CÓMO SE HACE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES?

Puede realizarse atendiendo las siguientes indicaciones:

- ▶ I-. Registrar tus compromisos con horarios fijos.
- 2-. Hacer una lista de tus actividades diarias.
- ▶ 3-. Dale a cada actividad una hora y tiempo determinado. Ten en cuenta tus tareas y clases diarias.
- ▶ 4-. Programa tus tiempos de descanso y diversión.



UNIDAD ACADÉMICA DE CONTADURÍA Y ADMINSTRACIÓN

TAREAS SEMANALES POR MATERIA:

Nombre: Juan Alberto Rodríguez Ramos.

Mes: Marzo, semana 1

Año: 2015/

	·		
COSTOS HISTÓRICOS			
Definición de Costos	Ejercicio de Costo de Ventas	Ejercicios de Costo Incurrido	Elaboración de Estados de Resultados
ESTADÍSTICA APLICADA A LA CONTADURÍA			
Ejercicios de Regresión Lineal	Ejercicios de Función Exponencial	Ejercicios de Análisis de Tiempo	Ejercicios de Números Índice
ECONOMÍA I			
Exposición de Mercantilismo	Ejercicios de Oferta y Demanda		
ACTIVIDADES EXTRA:			
Inglés Fútbol americano			
Examen de Economía I			

2-. SUEÑOY ALIMENTACIÓN ADECUADOS:

- ▶ Dormir de 8 a 10 horas diarias es la medida recomendada para tener un adecuado rendimiento en las actividades cotidianas.
- ► Tener un sueño reparador es garantía de un mejor desempeño en las actividades escolares, personales y sociales. Aumentando así, la atención y concentración.

Igualmente, es necesario consumir alimentos que sean fáciles de digerir y nos proporcionen energía. Tratando de evitar las sustancias dañinas como la cafeína y los azúcares.

3-. ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO Y LOS MATERIALES DE ESTUDIO:

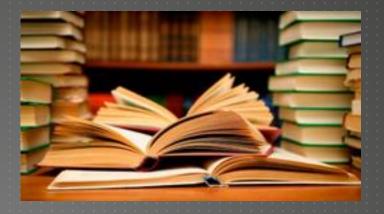
Para tener un espacio adecuado para estudiar debes tener en cuenta...

- Tener un lugar y un horario fijo.
- ✓ Un escritorio o mesa (evita los sillones y camas a toda costa).
- ✓ Buena iluminación.
- ✓ Ventilación adecuada.
- Evita los ruidos fuertes, televisores o cualquier otro distractor al momento de estudiar.
- Mantén tu material organizado.



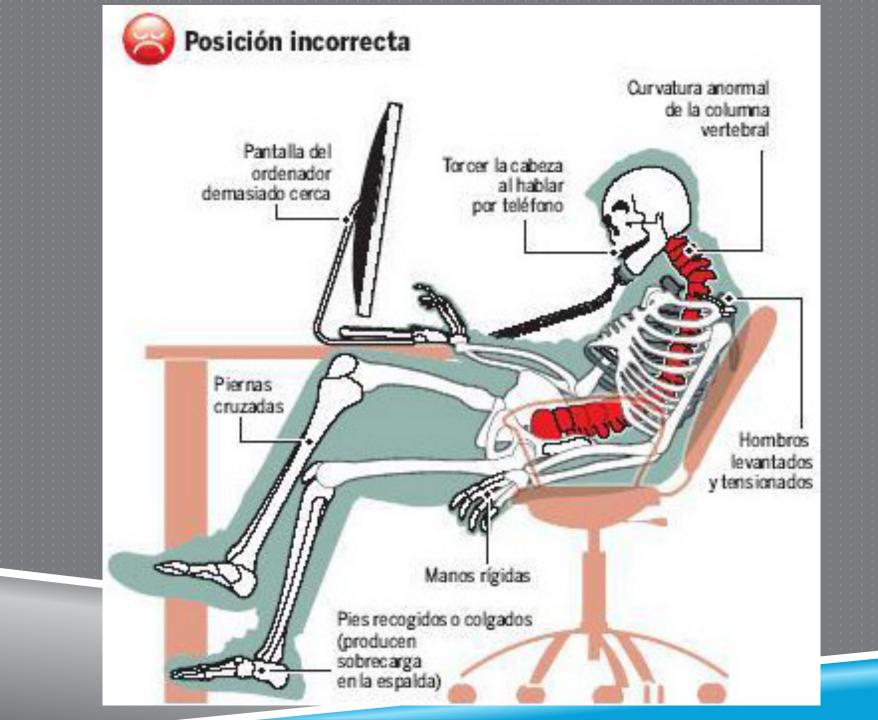
TIPS

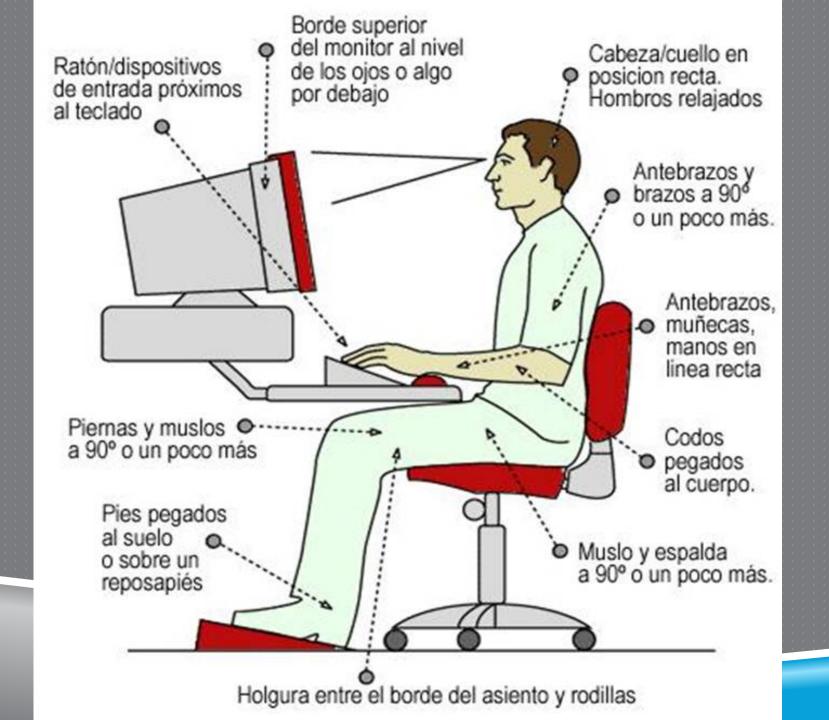
- Lo ideal es que tengas una libreta de notas o carpeta que sea exclusiva para cada una de tus materias.
- Señala de manera clara donde comienzan y donde terminan tus apuntes y tareas.
- Separa tus tareas de tus apuntes.
- Mantén el orden en tus tareas y apuntes.
- Mantén tus actividades planeadas.

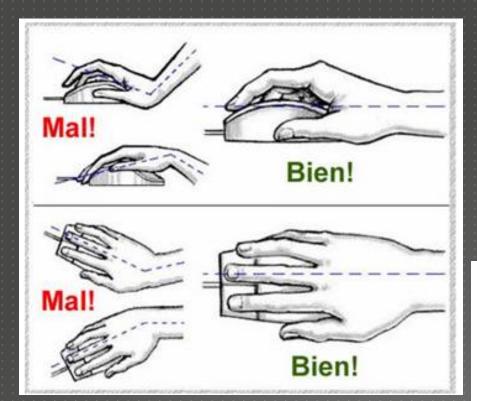


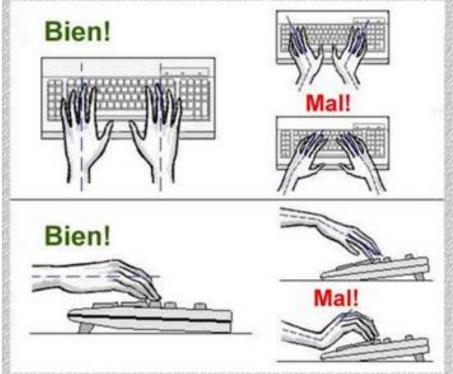
ES IMPORTANTE QUE...

Mantengas una buena postura mientras estudias. Esto, te ayudará a mantenerte concentrado en el trabajo.









4-. TAREAS EN CASA

- Siempre designa un tiempo para cada actividad.
- Separa tus deberes en casa de tus deberes escolares.
- Da prioridad a las actividades.
- ► No descuides ninguna de tus actividades.

