

DECÁLOGO PARA RENDIR MAS EN EL ESTUDIO



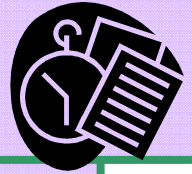
2º CURSO DE LA E.S.O.

- I) **Mejorarás tu actitud ante el estudio, tu trabajo consiste en estudiar** y debes hacerlo lo mejor posible. Si estás a gusto con lo que haces, rendirás mucho más.
- II) **Dedicarás el tiempo necesario al estudio en casa**, en un lugar adecuado, empezando por lo más fácil y procurando no tener a tu alrededor nada que te distraiga.
- III) **Prestarás la máxima atención en clase**, y preguntarás al profesor siempre que tengas dudas.
- IV) **Estudiarás y realizarás las tareas cada día**, sin dejar que se te acumule el trabajo.
- V) **Procurarás estar relajado y concentrado**, de este modo obtendrás un mayor rendimiento y te sentirás más a gusto en clase.
- VI) **Te esforzarás por entender a cada uno de tus profesores**, y aprender aquello que te intentan enseñar.
- VII) **Dormirás las horas necesarias y te alimentarás correctamente**, para rendir más en el estudio procurando estar descansado física y mentalmente.
- VIII) **Reflexionarás sobre tu aprendizaje**, comprueba después de cada sesión de estudio lo que has aprendido y ten bien claro lo que te queda por aprender.
- IX) **Utilizarás siempre para estudiar, bolígrafo y papel**, Subraya lo fundamental, haz resúmenes y esquemas, y, repite para ti lo que quieres recordar.
- X) **A estudiar se aprende estudiando**, Para conseguirlo has de poner de tu parte interés, voluntad y tiempo. De este modo, estudiar será un hábito y no una pesada carga.

CURVA DE APTITUD PARA RENDIR MÁS EN LOS ESTUDIOS



2º CURSO DE LA E.S.O.



INSTRUCCIONES

Contesta con sinceridad las preguntas que se te hacen.

De ellas vas a obtener una información muy útil para saber *cuánto y cómo* puedes aumentar tu rendimiento académico y sobre todo te va a servir para tomar conciencia de que son varios los factores que influyen en el estudio.

Si actúas de manera global sobre todos ellos, sin desánimo y con constancia, los resultados finalmente serán satisfactorios

A continuación te vamos a preguntar sobre diez aspectos del estudio que corresponden, asimismo, con el decálogo que te hemos adjuntado.

No se trata de unos valores científicos, sino que son el fruto de la percepción que tienes sobre ti mismo.

Debes ponerlo en tu lugar de estudio junto al decálogo, en un lugar visible (en la pared, a ser posible). Será un aliciente para saber qué debes mejorar.

