



# ¿DÓNDE ESTUDIAR?

## COMO ENSEÑAR A ESTUDIAR

Folletos "El magisterio Español"

### Condiciones ideales para el estudio eficaz.

1. Habitación o lugar definido, siempre el mismo, para estudiar en silencio, alejado de radio televisión, o teléfono.
2. Mesa amplia ordenada y sin más material que el de estudiar.
3. Silla cómoda de respaldo recto y altura proporcionada a la de la mesa.
4. La iluminación suficiente. Si es escasa o excesiva produce fatiga. La luz debe penetrar por la izquierda (si se es diestro) y toda la mesa debe quedar iluminada.
5. El frío o el calor excesivo distraen. La temperatura más adecuada para estudiar es de 20 - 22°.
6. la atmósfera no debe estar cargada; el lugar de estudio debe tener ventilación suficiente.
7. Debe colocarse el libro a unos 30 cm de los ojos y perpendicular a la visual.
8. Es importante no empezar el estudio hasta que no se tenga preparado todo lo que se necesita.

### ¿CUÁNDO ESTUDIAR?

El plan de estudio debe ser:

1. Flexible.
2. Controlado.
3. Diario.
4. Real
5. Adaptado.
6. Equilibrado.

1. La flexibilidad no es el incumplimiento. La flexibilidad consiste en adecuar el plan a las circunstancias e imprevistos.
2. Debe controlarse el tiempo y el contenido.
3. El hábito de seguir el plan hará más fácil el estudio.
4. el plan no debe ser tan perfecto que no pueda ser realizado ni tan cómodo que deje de cumplirse con el deber. Para llevarlo a cabo es necesario un esfuerzo personal un control.
5. El plan debe prever el tiempo máximo de cada asignatura y el orden de estudio según el grado de dificultad.
6. El horario debe ser equilibrado y dedicarse todos los días el mismo número de horas al estudio:
  - Estudiar al menos 5 días a la semana.
  - Fijar el orden de estudio, alternando asignaturas fáciles con difíciles.
  - Prever el tiempo máximo que necesita cada asignatura.
  - Mantener un horario fijo de estudio.
  - Intercalar breves descansos.
  - Fijar metas concretas y bien definidas.

La tarea concreta aumenta la rapidez de aprendizaje.

Durante el estudio hay que intercalar descansos.

Al final de la 1ª hora: 5 minutos.

Al final de la 2ª hora: 10 a 15 minutos.

Al final de la 3ª hora: 5 minutos.

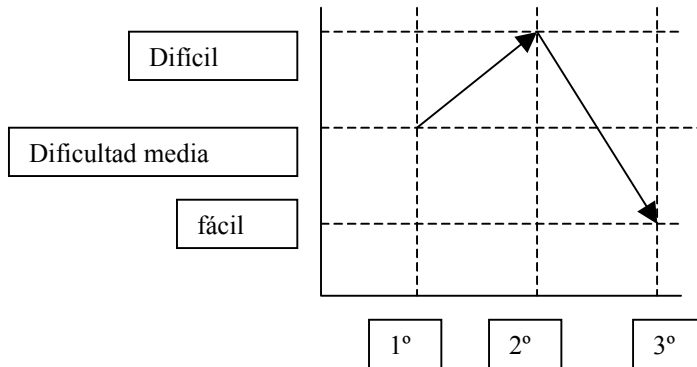
Al final de la 4ª hora: 30 minutos.

En el descanso hay que levantarse, hacer algo de ejercicio, mirar por la ventana...

Orden en el estudio.

- 1.º Empezar por la tarea que, teniendo cierta dificultad, le resulte más agradable.
- 2.º A continuación realizar lo más difícil.
- 3.º Terminar con lo más fácil y más agradable.

**CURVA DEL RENDIMIENTO.**



	TAREAS A REALIZAR	
1 <sup>er</sup> tiempo	DIFICULTAD MEDIA	
Descanso 5 minutos		
2 <sup>o</sup> tiempo	LO MÁS DIFÍCIL	
Descanso 10 minutos		
3 <sup>er</sup> tiempo	Lo más fácil	
	lectura	