

Programa de Integración Escolar

Te acompañamos, estamos aquí, para enfrentar juntos este gran desafío...

Christ school de Pudahuel

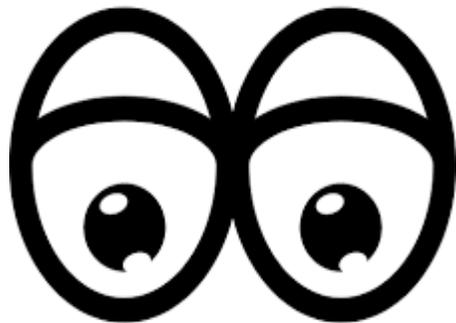


Dirigido a Padres y Estudiantes



Familia Christ School de Pudahuel

- ▶ Estimadas familias. debido a la alerta sanitaria, hoy tenemos la oportunidad de trabajar **¡como un gran equipo!** los acompañaremos con algunas orientaciones y técnicas para facilitar el aprendizaje en el hogar.



ESTUDIAR EN CASA



1 Establecer, por sí mismos, una hora para el estudio sin esperar indicaciones de sus padres.



2 Encontrar un lugar apropiado. Estudiar siempre a la misma hora y en el mismo lugar.



Ayude a sus hijos a elaborar un plan de estudio que les de una idea general y clara del trabajo que tienen que hacer y de las horas que deben invertir.



3 Antes de comenzar a estudiar, reunir todo lo que necesitan y planificar qué harán primero.



4 Dedicar al estudio en torno a una hora cada día.



5 Hacer más de una actividad.



6 Tomarse algunos descansos. Hacer una pequeña pausa entre actividad y actividad.



7 Preparar algo de comer y de beber para cuando se tomen un descanso.



8 Comenzar a estudiar por lo difícil y acabar por lo fácil.

1° paso para iniciar el estudio

- ▶ Es importante establecer un horario diario para el estudio.
- ▶ Ayude a sus hijos a elaborar un plan de trabajo, que actividad realizará y cuánto tiempo durará.

| PLAN SEMANAL | | | |
|---------------|--------------------------------|--------------------|-------|
| | Actividades diarias y exámenes | Horario de estudio | Notas |
| LUNES | | | |
| MARTES | | | |
| MIERCOLES | | | |
| JUEVES | | | |
| VIERNES | | | |
| FIN DE SEMANA | | | |



2º paso.

- ▶ Encontrar un lugar apropiado, con buena luz y sin TV
- ▶ Estudiar siempre a la misma hora y en el mismo lugar.



3° paso.

- ▶ Antes de comenzar a estudiar debes reunir todo lo que necesitas  y planificar qué harán primero.



4° paso.

- ▶ Dedicar el estudio en torno a 1 hora cada día.
- ▶ Hacer 2 actividades.



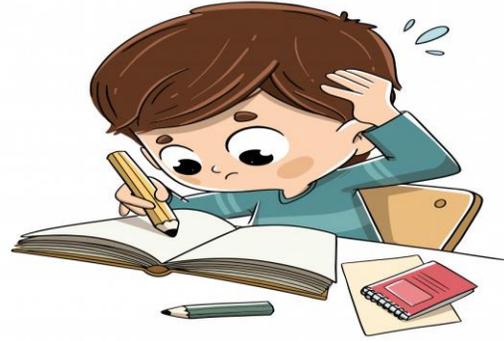
5° paso.

- ▶ Tomar algunos descansos.
- ▶ Hacer una pequeña pausa entre actividad y actividad.
- ▶ Puede ser: hacer meditación o relajación, escuchar música, hacer yoga, ver tv, entre otros.



6° paso.

- ▶ Preparar algo de comer y beber para cuando tomen un descanso.
- ▶ A modo de sugerencia es mejor comenzar por lo difícil y acabar por lo fácil.





Si logras seguir estos consejos, con el tiempo te darás cuenta que es ! Muy entretenido aprender en casa;

!HASTA PRONTO;