

Consejo para  
un estudio  
eficaz

# Cal é o mellor lugar?



- Procura escoller sempre o **MESMO**.
- Este deber ser **TRANQUILO**, procura que non haxa ruídos, lonxe da TV...
- Con boa **ILUMINACIÓN**, o ideal é que esta sexa natural e que nos entre polo lado esquerdo no caso de ser diestro.
- Facelos nunha **MESA AMPLA** e cunha CADEIRA cómoda.
- **TEMPERATURA** axeitada, lembra: nin frío nin calor.
- Mantén unha **BOA POSTURA**. Non te achegues demasiado ao libro e séntate ben.

# Material de estudo?

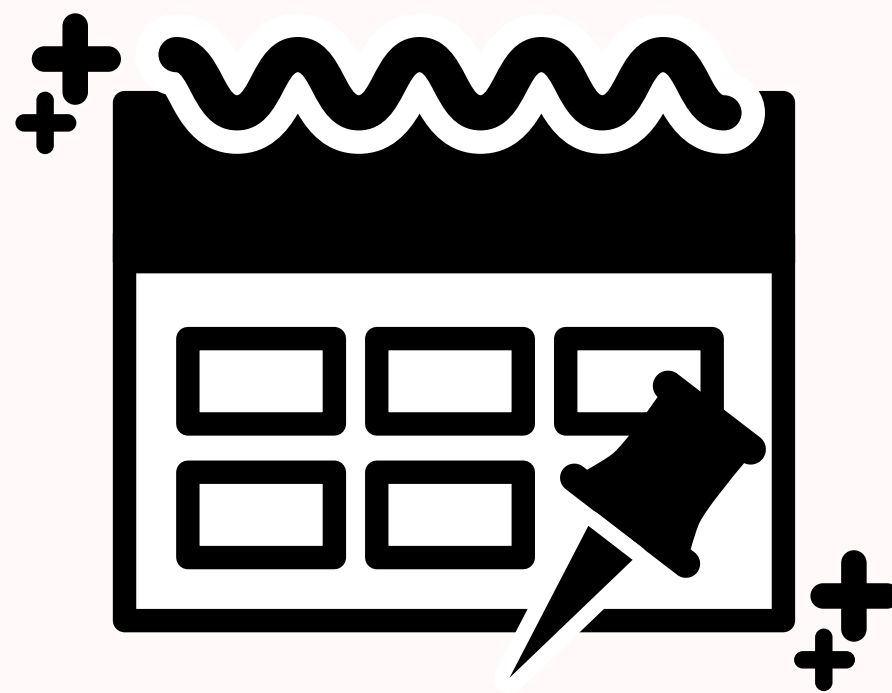
- **Prepara o material** que precisas antes de poñerte a estudar.
- Coloca enriba da mesa **UNICAMENTE o que precisas.**
- Colocao de xeito ordenado e que esté ao teu alcance.



Oullo!!! Cando remates  
preparo a miña mochila



REVISA ANTES DE  
IR AO COLEXIO E  
ASEGÚRATE QUE  
NON FALTA NADA

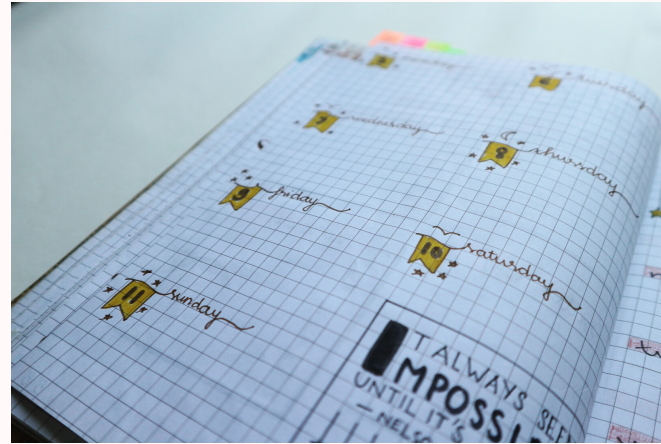


COMPROBO O  
HORARIO  
PARA SABER  
QUE LIBROS E  
CADERNOS  
PRECISO



NON  
ESQUEZO:  
• ESTOXO  
• AUGA  
• MERENDA

# Cómo me planifico?



## FIXA UNS OBXECTIVOS

Cada día estipula o que queres conseguir, tendo sempre en conta a esixencia de cada materia.

## CONFECCIONA UN HORARIO SEMANAL

Realiza un horario de estudo que poderás ir modificando e adaptando.

## ESTUDA TODOS OS DÍAS Á MESMA HORA

Procura repasar e estudar sempre a mesma hora, creando do estudo un hábito.

*Moi importante.  
non te agobies*

- ADAPTA O HORARIO AS TÚAS  
CARACTERÍSTICAS PERSOAIS

**ÁNIMO, TI PODES FACELO**

