

TRABALLO MENSUAL

CURSO: 1º ESO C

TITOR/A: Mª José Fraga

MES: FEBREIRO

INFORMACIÓN SOBRE:	LINGUA CASTELÁ	INGLES	BIOLOXÍA E XEOLOXÍA	EDUCACIÓN PLÁSTICA VISUAL E AUDIOVISUAL
<p>1.-TEMAS que se van dar (escribir o nº): 2.-REALIZACIÓN DE EJERCICIOS (simplemente anotar se son: diariamente/semanalmente/de vez en cuando/ raras veces): 3.-TRABALLOS/ LÁMINAS/FICHAS/LECTURA DE LIBROS (Especificar o libro /traballo/láminas e as datas para a lectura ou para a entrega de traballos ou láminas). 4.- DATAS EXAMES</p>	<p>1.- 2.- 3.- 4.-</p>	<p>1.- Unidades 3 e 7 2.- As veces 3.- Rip Van Winkle Lectura obrigatoria 4.- Ao rematar cada unidade</p>	<p>1.- Temas 6 e 7 2.-Case sempre 3.- 4.- Tema 6 --- > día 15 Tema 7 ao rematar</p>	<p>Láminas que deben entregar: Outros traballos:</p>
FRANCÉS	LINGUA GALEGA	MATEMÁTICAS	XEOGRAFÍA E HISTORIA	OBSERVACIÓNS
<p>1.- 2.- 3.- 4.-</p>	<p>1.- Temas 6 e parte do 7 2.-Case sempre 3.- 4.-Ao rematar os temas 6 e 7</p>	<p>1.-Temas 7 , 8 e principios do tema 9 2.-Sempre 3.- 4.-Día 19 -- > Temas 7 e 8</p>	<p>1.- 2.- 3.- 4.-</p>	

--	--	--	--	--

ORIENTACIÓNS PARA O ESTUDO NA CASA: a implicación da familia é fundamental.

- Ten en conta que debes estudar en 1º ESO entre 1-2 horas na casa (contando estudo e deberes). É moi recomendable que manteñas este ritmo de estudo diario durante o curso. Non é positivo que só fagas “deberes”, é necesario que vaias estudando “aínda que non cho manden”, ou aínda que non haxa exames.
- É clave intercalar descansos cada certo tempo, e durante o descanso non realizar actividades intelectuais, non ver a televisión nin xogar co ordenador...
- É moi importante que a habitación onde se estude sexa silenciosa. Estudar con música é case sempre desaconsellable, sobre todo se o traballo require unha gran concentración. Nunca estudar diante da televisión. Evitar ter o ordenador acendido diante. Tampouco debes estar pendente do móbil.
- ORDE E LIMPEZA NA HABITACIÓN DE ESTUDO. O ser ordenado aforra moitísimo tempo. Se sabes onde está cada cousa non terás que pasar moito tempo buscándoa. Sería moi positivo elaborar un horario de traballo e telo á vista. Coloca diante da túa mesa de estudo este “horario de traballo” na casa e o “horario de clase”.
- En todo traballo importante, como o dun “bo estudante”, é fundamental a PLANIFICACIÓN e a ORGANIZACIÓN.
- Un bo estudante sabe ser autónomo no seu traballo, sen que constantemente o estean vixiando.

- Sempre van xurdir dificultades e problemas, como na vida mesma, pero hai que buscar solucións e sobre todo nunca desanimarse. Non te illes, fala, conecta con persoas da túa confianza que te poden orientar e axudar. Rodéate de bos amigos/as.
- Fai una vida SA. Convén facer deporte de forma regular, preferiblemente cun horario marcado e mellor se é en equipo.
- Convén ALMORZAR moi ben (non veñas ao instituto sen almorzar, afectará ao teu rendemento). É importante ter unha dieta variada e axustada ás necesidades de cada un.
- DURMIR O NECESARIO. Entre oito e dez horas. Non te quedes ata moi tarde vendo a televisión ou co ordenador. Hai que fixarse como norma unha hora para deitarse.