

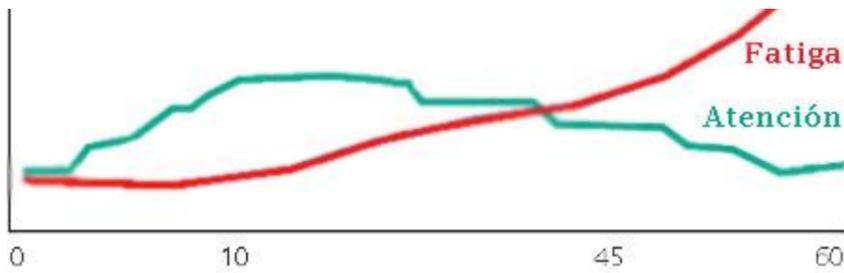
**Horario de Estudio para el curso 2019 2020 Nombre: \_\_\_\_\_**

40 Semanas. 1º Trimestre: 15 semanas / 2º Trimestre: 13 semanas / 3º Trimestre: 12 semanas

<b>SEPTIEMBRE</b>							<b>OCTUBRE</b>							<b>NOVIEMBRE</b>							<b>DICIEMBRE</b>							<b>ENERO</b>											
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D					
00	2	3	4	5	6	7	8	04	30	1	2	3	4	5	6	08	28	29	30	31	1	2	3	12	25	26	27	28	29	30	1	16	30	31	1	2	3	4	5
01	9	10	11	12	13	14	15	05	7	8	9	10	11	12	13	09	4	5	6	7	8	9	10	13	2	3	4	5	6	7	8	17	6	7	8	9	10	11	12
02	16	17	18	19	20	21	22	06	14	15	16	17	18	19	20	10	11	12	13	14	15	16	17	14	9	10	11	12	13	14	15	17	13	14	15	16	17	18	19
03	23	24	25	26	27	28	29	07	21	22	23	24	25	26	27	11	18	19	20	21	22	23	24	15	16	17	18	19	20	21	22	18	20	21	22	23	24	25	26
04	30							08	28	29	30	31	1	2	3	12	25	26	27	28	29	30	1	19	23	24	25	26	27	28	29								

## Para sacar provecho a tu tiempo debes tener en cuenta DOS cuestiones:

- Dedicarle, al menos, dos horas diarias al “estudio” todo los días y añadir el tiempo que necesites para la realización de trabajos y/o preparación de exámenes.
- Establecer una rutina diaria de estudio que se ajuste a la dificultad de las asignaturas y de las tareas:
  - Dificultad de las asignaturas:
    - Difíciles +++
    - Menos difíciles ++
    - Fáciles +
  - Dificultad de las tareas:
    - Preparar Exámenes++++
    - Realizar trabajos+++
    - Hacer los ejercicios y/o deberes++
    - Repasar lo dado en clase+



En esta imagen puedes observar como cambia nuestra capacidad de atención y aumenta la fatiga en un periodo de tiempo determinado. Ese es el motivo de ordenar las asignaturas y tareas en orden de dificultad. Para realizar las actividades más **difíciles** en el momento en que estemos más concentrados (en medio del tiempo de estudio) , las actividades más **fáciles** cuando estemos más cansados (al final del tiempo de estudio) y las **menos difíciles** las primeras.

Piensa en la dificultad que te supone cada **asignatura** y ordénalas en tres bloques

BLOQUE A (Menos difíciles)	MD1	MD2	MD3	MD4
BLOQUE B (Difíciles)	D1	D2	D3	D4
BLOQUE C (Fáciles)	F1	F2	F3	F4

Dificultad que te supone cada **tarea**

BLOQUE A (Menos difíciles)	MD1 HACER LOS EJERCICIOS Y DEBERES MANDADOS EN CLASE			
BLOQUE B (Difíciles)	D1 PREPARAR EXAMENES		D2 REALIZAR TRABAJOS	
BLOQUE C (Fáciles)	F1 REPASAR LO DADO EN CLASE			

## Apunta aquí tu horario de clase

	lunes	martes	Miércoles	jueves	viernes
1					
2					
3					
4					
5					
6					

## Recuerda la Rutina Diaria:

- 1) Hacer los ejercicios y deberes: Primero las asignaturas menos difíciles, después las difíciles y al final las fáciles
- 2) Preparara exámenes y realizar trabajos: Primero las asignaturas menos difíciles, después las difíciles y al final las fáciles
- 3) Repasar lo dado en clase: las asignaturas menos difíciles, después las difíciles y al final las fáciles