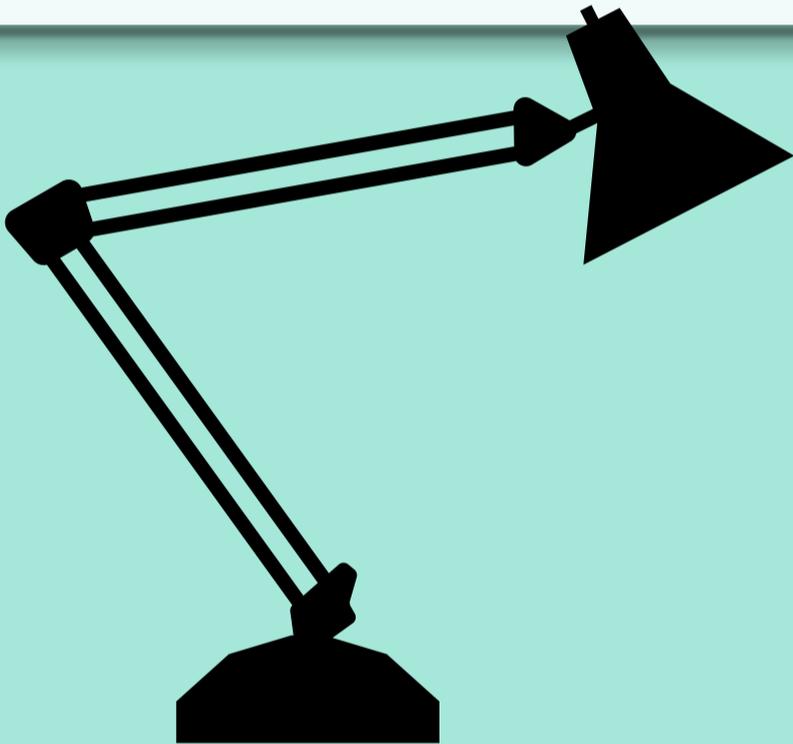




**Ayuntamiento
de Arganda del Rey**



**CONSEJO PARA ESTUDIAR DURANTE
EL PERIODO DE CONFINAMIENTO
POR EL COVID19**



CONCEJALÍA DE EDUCACIÓN

- Busca un espacio destinado solo al estudio, al ser posible con luz natural y posibilidad de ventilar. Mantener una temperatura óptima es muy importante.
- Evita tener en el lugar de estudio cosas que te puedan distraer. La concentración es básica en los procesos de aprendizaje.
- Las rutinas son importantes, así que márcate un horario para organizar tu trabajo. Prevé descansos de 10 minutos aproximadamente cada dos horas.
- Evita la PROCRASTINACIÓN, no retrases el tiempo dedicado al estudio por cosas de menor importancia.
- Para retener los contenidos utiliza reglas MNEMOTÉCNICAS, es más fácil aprender asociando palabras familiares a conceptos nuevos.
- Tus profesores son importantes. Sigue sus instrucciones y mantén el contacto a través de las redes que os hayan indicado, hazle llegar tus dudas, ellos están para ayudarte.
- De vez en cuando haz una videollamada con algunos de tus compañero para resolver dudas, o hablar. Todos estáis pasando por situaciones similares y tenéis las mismas preocupaciones.
- Habla con tus padres de cómo vas avanzando en tu trabajo y comenta con ellos tus temores, ellos sabrán ayudarte.
- Mantén tus aficiones o busca aficiones nuevas. Cambiar de actividad es bueno para el estudio, hace que no te canses
- Ten paciencia y no te desanimes, ¡¡TODO VA A SALIR BIEN!!!!

