

Hábitos de estudio



Educación
Secretaría de Educación Pública

DGETAyCM
Dirección General de Educación
Tecnológica Agropecuaria y Ciencias del Mar

Hábitos

De estudio

Metas claras y realistas

○ *Actividades académicas*

- *Incluir calificaciones*
- *Participaciones en clase*
- *Preparar tareas*
- *Estudiar para presentar las evaluaciones*

○ *Actividades extracurriculares*

- *Formar parte de grupos artísticos*
- *Participar en equipos deportivos*
- *Hacer voluntariados*

○ *Logros específicos en áreas de interés*

- *Ser parte de equipos académicos, como de matemáticas o química*
- *Tomar cursos extra académicos: informática, física, lectura para fortalecer las áreas de interés*
- *Pertenecer a sociedades de estudiantes*



Hábitos

De estudio

Organizar tu tiempo

- *Desarrollar habilidades de gestión del tiempo*
 - *Equilibrar el tiempo entre responsabilidades académicas y personales*
 - *Crear horario de estudios para cada materia*
 - *Asegurarte que la distribución del tiempo sea suficiente*
 - *Cumplir con los plazos establecidos*
 - *Evitar hacer otra cosa que no estaba contemplada en la organización del tiempo destinado al aspecto académico*



Hábitos

De estudio

Participar activamente en clase

- *Prestar atención durante la clase*
 - *Tomar notas o apuntes*
 - *Participar activamente en las discusiones*
 - *Hacer preguntas*
 - *Compartir tus ideas*
 - *Relacionarte con tus profesores y compañeros de clase te permite comprender mejor los temas y profundizar tu aprendizaje*



Hábitos

De estudio

Establecer hábitos de estudio efectivos

- *Descubrir que técnicas de estudio funcionan mejor para ti*
 - *Elaborar resúmenes*
 - *Realizar organizadores gráficos*
 - *Resolución de problemas o discusión en grupo*
 - *Experimentar con diferentes métodos te permite encontrar el que se adapte a tu estilo de aprendizaje*



Hábitos

De estudio

Busca apoyo cuando lo necesites

- *Si te encuentras con dificultades en alguna materia*
 - *No dudes en buscar ayuda*
 - *Pide a tus profesores que te aclaren dudas*
 - *Busca tutorías o asesoramiento académico*
 - *Unirte a grupos de estudio con otros estudiantes*
 - *Reconocer tus áreas de mejora*
 - *Buscar apoyo te permitirá superar obstáculos y seguir avanzando*



Hábitos

De estudio

Aprovecha los recursos disponibles

- *Explorar los recursos académicos disponibles en la institución*
 - *Biblioteca*
 - *Laboratorios*
 - *Talleres*
 - *Programas de tutoría*
 - *Plataformas en línea*
- *Utiliza estos recursos para ampliar tus conocimientos, realizar investigaciones y fortalecer tus habilidades*



Hábitos

De estudio

Mantener el equilibrio

- *Distribuir el tiempo de forma eficiente*
 - *Entre los estudios*
 - *Bienestar físico y mental*
 - *Asegurar tomar descansos regulares*
 - *Practicar actividades que te gusten*
 - *Hacer ejercicio*
 - *Dormir lo suficiente*



Hábitos

De estudio

Constancia y perseverancia

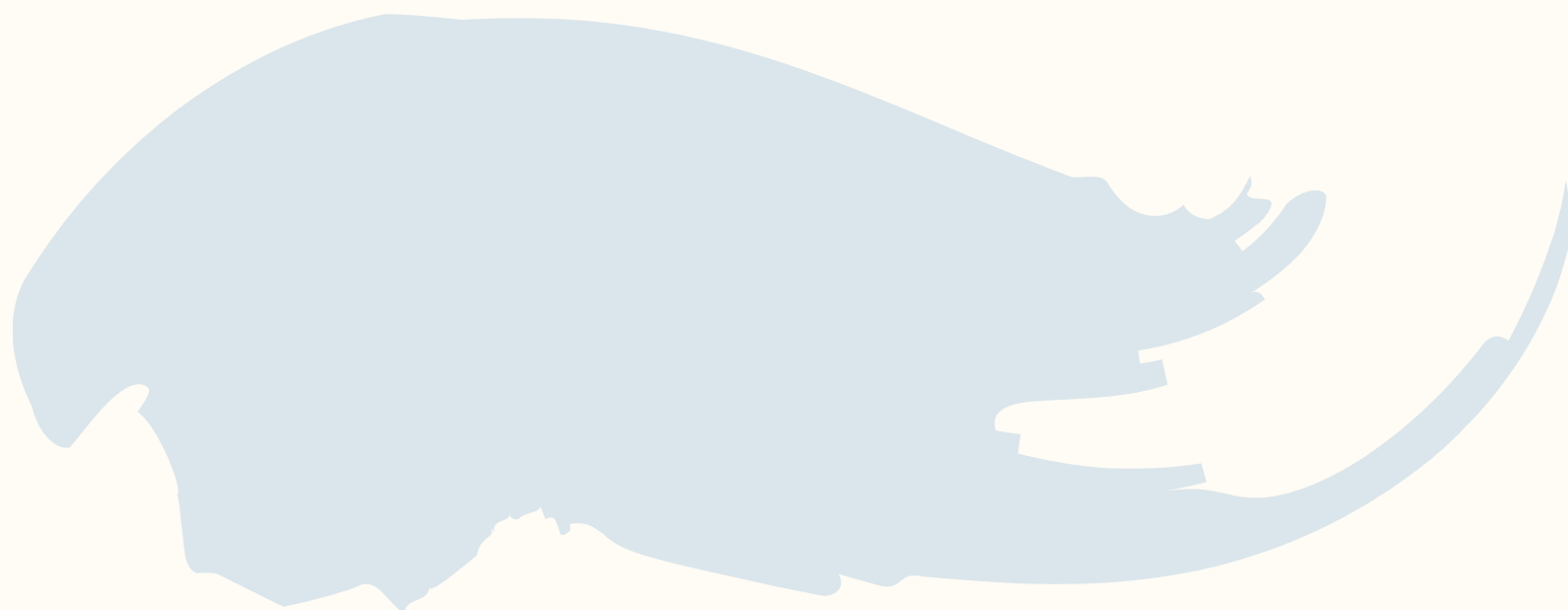
- *La trayectoria académica exitosa requiere constancia y perseverancia*
 - *Mantén la disciplina*
 - *Trabaja de manera consistente y no te desanimes ante los desafíos*
 - *Recuerda que el éxito académico no se logra de la noche a la mañana, sino a través de un esfuerzo continuo y una actitud positiva*



ELABORÓ



*Programa de
Comunicación y Difusión
de la DGETAyCM*



Hábitos de estudio



Educación
Secretaría de Educación Pública

DGETAyCM
Dirección General de Educación
Tecnológica Agropecuaria y Ciencias del Mar