

# DECÁLOGO DEL BUEN ESTUDIANTE

- I. Procura encontrarte en buenas condiciones físicas y psíquicas.
- II. Procura estudiar siempre a la misma hora. Generalmente las horas de mayor rendimiento son de 6 a 9 de la tarde.
- III. Utiliza para estudiar los 5 días de la semana de manera regular. Los viernes te costará, pero piensa que te librarás del trabajo durante el fin de semana.
- IV. Dedicar al estudio entre una hora y media y dos horas diariamente. Si durante el fin de semana quieres seguir puedes hacerlo siempre combinando bien el trabajo: ligero-duro-ligero, con el descanso.
- V. A medida que avances en los cursos tendrás que ir aumentando las horas de estudio.
- VI. Antes de empezar a estudiar prepara todo el material que necesites: libros, libretas, apuntes, papel, bolígrafo, lápiz, diccionario, goma, regla, lápices de colores, etc.
- VII. Cuando te pongas a estudiar decide la hora de acabar o el trabajo a realizar y cumple lo que te has propuesto.
- VIII. Empieza por una asignatura o trabajo más difícil y deja lo más fácil para el final ya que estarás más cansado.
- IX. Estudiar es un hábito y hasta que no lo tengas bien asimilado no debes hacer excepciones. Llegará un momento que te será tan familiar como las horas de las comidas.
- X. ESTUDIA POCO CADA DÍA EN LUGAR DE ESTUDIAR MUCHO EN POCOS DÍAS.

Puig, I. (1994). "Cómo aprender a estudiar". Ed. Octaedro

Departamento de Orientación  
C. C. La Milagrosa  
Curso 2009/2010  
COMUNIDAD DE AULA