

PLAN DE MEJORA PARA EL 2º TRIMESTRE



Al empezar un nuevo trimestre (y un nuevo año) tenemos que proponernos superar lo que hemos hecho hasta ahora. Si tus resultados en la Primera Evaluación han sido positivos, deberás **seguir esforzándote**.

Si las cosas no han ido bien, a buen seguro que estas vacaciones habrás hablado de ello con tus padres y habrás hecho buenos propósitos para intentar aprobar el curso. Lo importante es que no te desanimes porque aún estás a tiempo de corregir lo que no haya ido bien. Si trabajas más y mejor, si lo intentas desde el primer día organizándote, seguro que tendrás mejores resultados.

Lee con atención estos consejos para **EMPEZAR CON BUEN PIE** el 2º trimestre.

A) TUS ESTUDIOS SON TU TRABAJO...

...Y en el trabajo, como hacen tus padres, hay que “ser serios” y cumplir con las obligaciones. Tu también. Para ello debes:

- Organizar y **planificar el tiempo de estudio y tareas**, haciéndote un horario y tratando de cumplirlo sin excusas.
- **Trabajar en tu casa** en un lugar cómodo y tranquilo, sin ruidos, donde puedas hacer las tareas y repasar sin que nadie te moleste ni te interrumpa.
- Estar **atento en clase** a las explicaciones, sin molestar a profesores y compañeros.
- **Anotar en tu agenda** todas las tareas y repasos que manden los profesores/as.
- Si tienes materias pendientes o recuperaciones, debes adelantar todo el trabajo que puedas en estos primeros días del trimestre, no dejándolos para el final.

B) HAZ UN PLAN DE ESTUDIOS Y TRABAJA TODOS LOS DÍAS

-Dedica **cada tarde entre 2-2,30 horas** (al menos) a las tareas y repasos. Incluye en tu plan de trabajo diario:

- Las TAREAS “INMEDIATAS”: las que tienes que hacer para mañana o pasado.
- Las TAREAS A “MEDIO PLAZO”: trabajos y tareas que tienes que hacer para dentro de quince días o un mes. Aprovecha esos días en los que no tienes tareas más urgentes para darles un empujón a estas “tareas a medio plazo”.
- REPASOS**: trata de repasar cada tarde un par de materias para llevarlas así todas al día.
- ESTUDIO-PREPARACIÓN de EXÁMENES**: si sobra algo de tiempo, dedícate a estudiar y a preparar los exámenes que tendrás más adelante.

C) HAY QUE CUIDARSE...

Estudiar es un trabajo duro para el que también hay que “estar en forma” y que requiere hábitos de vida saludable. Para ello:

- Desayuna de manera suficiente** antes de venir al instituto.
- No te acuestes tarde. **Descansa lo necesario**.
- Controla las horas** que dedicas al ordenador, móvil, TV... ¡No te pases!
- Práctica, si puedes, algún **deporte**.
- Trata de llevar una **vida saludable**, sin fumar ni consumir alcohol.
- Los fines de semana trata de reservar un rato para estudios y tareas:

**SI TE ORGANIZAS HAY TIEMPO PARA TODO.
¡ANIMO! ¡PONTE LAS PILAS!**