

Plan **Aprende a estudiar**

Estimados padre y madre:

Como profesor de Lengua y, en su caso, como tutor de su hijo/a, me pongo en contacto con ustedes para invitarles a participar en el plan **Aprender a estudiar**, que me propongo llevar a cabo durante este curso en los grupos de 1º de ESO, con el propósito fundamental de facilitar la adquisición de los hábitos de estudio que sus hijos van a necesitar en esta nueva etapa que inician.

En sus partes esenciales, este programa será desarrollado por todos los alumnos, independientemente de que sus padres participen o no. La participación de los padres, que es absolutamente voluntaria, se centrará en el control en casa y la motivación de sus hijos. De esta manera, tendrán un conocimiento directo de los progresos de los niños y el intercambio de información entre ustedes y yo podrá ser mucho más fluido y eficaz.

Junto con esta carta, recibirán ustedes la primera actividad que sus hijos deberán realizar. Cada cierto tiempo, deberán realizar una actividad nueva. Los padres que deseen colaborar en el Plan, junto con esas actividades, recibirán indicaciones más precisas y sugerencias sobre cómo apoyar a sus hijos.

Tanto si desea colaborar en este Programa como si no lo desea, por favor, rellene la parte de inferior de este documento y hagámelo llegar por medio de su hijo/a.

Para más información:

profedelenguajrv@hotmail.com

Don/doña _____, padre del
alumno/a _____ del grupo _____

- Desea colaborar y recibir más información sobre el plan *Aprende a estudiar*.
- No estoy interesado/a o no puedo, por el momento.

Correo electrónico (opcional): _____

Firma

Plan Aprende es estudiar

Fase I: Si partes de cero...

WEB: APRENDER A ESTUDIAR

Presentación > Menú papiros

¡AYUDA! Ctrl+S

cierra panel

Si no estudias habitualmente, es difícil que puedas empezar estudiando tres horas al día. Te proponemos un plan:

- Durante cinco días fuéstrate a trabajar media hora.
- Luego, aumenta 10 minutos cada día hasta alcanzar la duración que sea tu objetivo.
- Cada 50 minutos de trabajo fija 10 de descanso.
- Si algún día no cumples tendrás que volver al nivel del día anterior.
- No comiences este plan en fechas de exámenes.

L	<input type="checkbox"/>	30'
M	<input type="checkbox"/>	30'
X	<input type="checkbox"/>	30'
J	<input type="checkbox"/>	30'
V	<input type="checkbox"/>	30'
L	<input type="checkbox"/>	40'
M	<input type="checkbox"/>	50'
X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 50' + 10' desc + 10'
J	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 50' + 10' desc + 20'
V	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 50' + 10' desc + 30'
L	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 50' + 10' desc + 40'
M	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 50' + 10' desc + 50'
X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 50' + 10' desc + 50' + 10' desc + 10'
etc		

Objetivos de trabajo diario:
De 7-12 años: 30' a 2 h
De 12-16 años: 2 a 3 h
Más de 17: lo que necesites.

Si partes de cero...

Durante cuatro semanas, siguiendo las instrucciones del cuadro anterior, anota cada día el tiempo que trabajes en casa. Aunque no sigas el plan y no cumplas las instrucciones, apunta de todos modos el tiempo que trabajes cada día.

Cuando hayas completado las cuatro semanas, recibirás un cuestionario de control

NOMBRE: _____ CURSO: _____

Primera semana

	Tiempos de trabajo	Descansos	Total trabajo	Total descansos	Tu firma	Firma padre/madre	Profesor (semanal)
Lunes							
Martes							
Miércoles							
Jueves							
Viernes							
Fin de semana							

Segunda semana

	Tiempo de trabajo	Descansos	Total trabajo	Total descansos	Tu firma	Firma padre/madre	Profesor (semanal)
Lunes							
Martes							
Miércoles							
Jueves							
Viernes							
Fin de semana							

Tercera semana

	Tiempo de trabajo	Descansos	Total trabajo	Total descansos	Tu firma	Firma padre/madre	Profesor (semanal)
Lunes							
Martes							
Miércoles							
Jueves							
Viernes							
Fin de semana							

Cuarta semana

	Tiempo de trabajo	Descansos	Total trabajo	Total descansos	Tu firma	Firma padre/madre	Profesor (semanal)
Lunes							
Martes							
Miércoles							
Jueves							
Viernes							
Fin de semana							