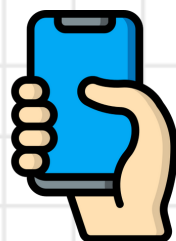


COM PLANIFICAR L'ESTUDI

ABANS DE COMENÇAR A ESTUDIAR

Comprova que tens tot allò que necessites per a no haver d'anar a buscar-ho i interrompre la teua concentració. Per exemple:

- Tens els llibres, les llibretes, el carpesà, la calculadora...?
- Tens controlades aquelles coses que et poden distraure i fer perdre temps? **Apaga el mòbil!**



PLANIFICANT L'ESTUDI



Ara divideix la vesprada en tres parts + una final. A cadascuna d'elles li dedicaràs un temps diferent, perquè són coses diferents.

1^a PART

Aquesta primera part és breu, no més de 15 minuts. Es tracta d'agafar l'horari de l'institut i revisar allò que has fet en cada classe. Pots fullejar el llibre o la llibreta de cada assignatura. Açò et servirà per a fer un primer repàs i per a comprovar que no t'has deixat cap tasca per apuntar en l'agenda. També et servirà per anotar dubtes i preguntar al professor en la propera classe.

2^a PART

Comença per fer les tasques, deures o treballs que t'hagen demanat els professors. Si et deixes a mig fer algun o decideixes fer-ho en un altre moment, anòta-ho en l'agenda per a no oblidar-te.



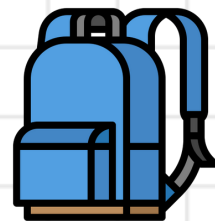
Si en aquest moment portes més de 50 minuts treballant, fes un xicotet descans, però no desconnectes més de 10 minuts.

3^a PART

Ara toca estudiar! Açò és diferent a "asseure'm davant del llibre fins que siga l'hora". Per a no aborrir-te i aprofitar el temps, pots fer les següents coses: passa a net els apunts, fes resumens o esquemes, organitza el material, repassa els títols i subtítols, redacta preguntes de cada apartat del tema, fes de nou els exercicis, etc.

TASCA FINAL

Aquesta part és molt important. Consisteix en replegar tots els materials, tornar a mirar l'horari i assegurar-te que no ha quedat res per fer que et vagen a demanar l'endemà. Anotaràs en l'agenda allò que faràs en la propera sessió d'estudi, com per exemple, deures que has deixat a mig fer o has ajornat. I finalment, preparar la motxilla per al dia següent.



Ara ja pots dedicar-te a altres coses amb tranquil·litat!

