



COLEGIO PALMARÉS VALLE LOS CÓNDORES  
Equipo de Apoyo

# HÁBITOS DE ESTUDIO



# VAMOS A HABLAR DE...

- 1.- Qué es estudiar.
- 2.- Qué es un hábito .
- 3.- Cuáles son los factores que influyen en el estudio.

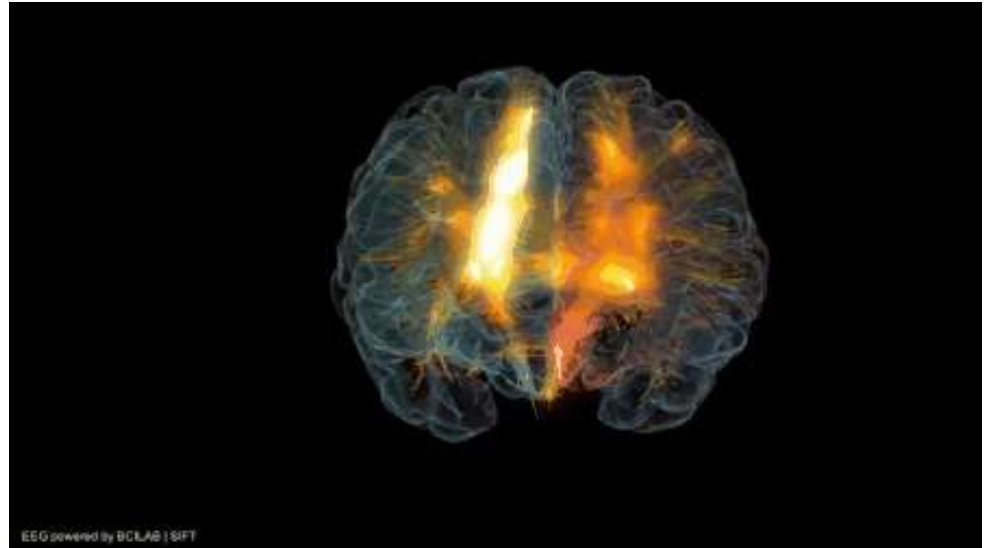


# 1.- ¿QUÉ ES ESTUDIAR?

- Aplicar la inteligencia o ejercitar el entendimiento para adquirir el conocimiento de una cosa.

- **ESFUERZO PERSONAL.**

- **APLICAR LAS CAPACIDADES DE FORMA ADECUADA.**



## 2.- ¿QUÉ ES UN HÁBITO?



Es un conjunto de actos complejos que, al repetirse sistemáticamente, se interiorizan y pasa a ejecutarse de forma precisa y automática.

Los hábitos de estudio son el **MEJOR Y MÁS POTENTE PREDICTOR** del éxito académico

# ¿CÓMO INICIAR UN HABITO? EL ABC DEL HABITO EFECTIVO

El hábito de estudio se establece a fuerza de repetirlo.

## A.- En el mismo lugar

Mesa amplia, silla cómoda, sin elementos que le distraigan, lámpara con luz indirecta, material necesario y a mano

## B.- A la misma hora

Después de merendar, descansar y las actividades extraescolares. En el fin de semana, por la mañana (¡no dejarlo para última hora!)

## C.- De la misma manera

Organizando el trabajo con una carpeta para guardarlo, materiales ordenados, distribuyendo las tareas, tiempo estimado y trabajo autónomo



**Un buen hábito de estudio genera posibilidades de eficiencia y facilita la asimilación de conocimientos con menor esfuerzo y menos tiempo**



# 3.1.-¿QUÉ AFECTA EL ESTUDIO?

Bajo nivel de apoyo parental

Bajo nivel de supervisión parental

Baja percepción por parte del alumno de interés parental

Mala organización y planificación del estudio.



## 3.2.-¿QUÉ FACILITA/AYUDA AL ESTUDIO?

### LA LECTURA

- Mediante la lectura tenemos acceso a un caudal de conocimientos y emociones.
- Favorece el aprendizaje escolar (y las relaciones sociales).
- Comprobemos que el material de lectura que manejan nuestros hijos es el adecuado a su edad.





# Muchas gracias!



**Felipe Ortiz de zarate Caballero**  
**Psicólogo**  
**Equipo de Apoyo**



**UN ULTIMO CONSEJO, VIGILEN SU ESPACIO PARA ESTUDIAR, A VECES FACTORES EXTERNOS DIFICULTAN NUESTRO TIEMPO DE ESTUDIO.**