



# Secretos de Buenos Estudiantes Para el Estudio



**A**cabas de terminar tu ensayo para la clase de inglés durante la clase de matemáticas, así que no oíste la tarea para matemáticas. Ya que olvidaste tu libro de matemáticas en casa, ahora tendrás que hacer la tarea durante la clase de historia mañana. Por consecuente no podrás prestar atención al repaso de la maestra para el próximo examen. “Ah,” te dices a ti mismo, “de todas maneras repasar no será de mucha ayuda. Perdí mi libro de historia la semana pasada.”

La vida no tiene que ser tan dura. Hay cosas que puedes hacer para ayudarte a tener éxito en la escuela. Y tampoco son difíciles—cualquiera puede aprenderlas. Aquí hay 10 secretos para el estudio que tú puedes empezar a usar hoy mismo.

## Establece metas



Se ha dicho que una meta es como “un sueño con una fecha límite.” Las metas te ayudan a enfocar sobre el futuro para que puedas realizar esos sueños.

Las metas tienen que ser *específicas*. No es suficiente decir, “Quisiera ser mejor en matemáticas.” En vez, es mejor decir, “Quisiera subir mi nota a un 90 este semestre.”

Escribe tus metas en una hoja. No rías—este es uno de los pasos más importantes en el proceso de cambiar tu sueño en realidad. Coloca la hoja donde la puedas ver.

Ahora determina lo que necesitarás para obtener tu meta. ¿Cuánto tiempo necesitas para hacer tu tarea de matemáticas? ¿Cuánto tiempo necesitarás para alcanzar tu meta? Escribe tu plan y verifícalo regularmente.



## Planifica tu tiempo



¿Alguna vez has pasado la noche entera frente al televisor mientras que tenías que estudiar? Esto le pasa a cualquiera—pero buenos estudiantes saben que ellos tienen que planificar su tiempo para que esto no suceda frecuentemente.

El viejo dicho “Si fracasas al planificar, planificas el fracaso” es cierto. Si quieres hacer tiempo para las cosas que *quieres* hacer y las cosas que *tienes* que hacer, tendrás que planificar cuidadosamente.

Usa un calendario. Escribe las cosas que tienes que hacer—práctica de fútbol, cuidar al hermanito, ir a clases de computadora. Escribe todas tus tareas y la fecha para entregarlas. Ahora decide qué hacer para completar todo. Si tienes práctica de fútbol el miércoles, puede que tengas que hacer tu reporte de ciencia el martes. Si tienes ensayo para la obra en la noche, tendrás que estudiar después de la escuela. Y si hay un conflicto, recuerda—la escuela es tu primer “trabajo.” Todo lo demás es secundario.



## Estudia todos los días



Los atletas hacen ejercicios todos los días. Los músicos practican todos los días. Buenos estudiantes estudian todos los días.

Aprender cualquier sujeto es muy similar a armar un rompecabezas. Lo armas pieza a pieza y eventualmente, formas el cuadro entero. En un día que no tengas tareas puedes repasar rápidamente el vocabulario o datos matemáticos. O puedes echar un vistazo al calendario y empezar temprano un proyecto asignado.

# 10 Secretos de Buenos Estudiantes Para el Estudio

## Toma apuntes en clase



Los chicos que toman apuntes tienen algo en común: ellos obtienen buenas calificaciones. Aquí hay un secreto que ellos han descubierto: los maestros casi siempre *dicen* lo que va a estar en un examen. Así que toma apuntes, y sabrás lo que tienes que estudiar.

## Repasa tus notas antes de clase



Este repaso corto te ayudará a mover información a la parte del cerebro que retiene memoria a largo plazo. Toma cinco a 10 minutos de tu tiempo de estudio para repasar los apuntes que tomaste en clase y estarás sorprendido por lo mucho que recuerdas cuando sea el tiempo del examen.



## Asegúrate que tengas todos los materiales que necesitas



¿Si tuvieses que pintar una casa tú no irías sin una brocha o rodillo? Por supuesto que no. ¿Por qué entonces ir a la clase de historia sin lápiz o cuaderno? Lleva los materiales para trabajar contigo.

## Verifica los detalles



A menudo, son las pequeñas cosas que hacen la diferencia entre un proyecto regular y uno estupendo. Lee y corrige tu ensayo antes de entregarlo. Incluye un mapa con tu reporte de geografía. Vuelve una vez más a tu tarea de matemáticas y verifica la exactitud de tus respuestas.

## Prepara todo la noche anterior



¿Es que tu casa por la mañana parece que ha de estar en una película de desastres—tú apresurándote para vestirme mientras que buscas frenéticamente tu cuaderno de ciencia? Hay una manera de evitar caos—prepara todo antes de tiempo.

Ten un lugar en tu casa donde puedes guardar todos tus materiales escolares—puedes usar una caja de cartón, un contenedor en plástico o un anaquel. Antes de dormir, asegúrate que todo esté en tu mochila. Así estarás listo para el próximo día.



## Si estás trabajando en un grupo, debes de estar dispuesto a hacer un poco más que solo “tu parte”



En muchas clases, los maestros quieren que los estudiantes trabajen en grupo. Puedes alcanzar el éxito para tu grupo si haces un poco más de lo que absolutamente tienes que hacer. Este hábito también te hará un mejor empleado (y, de hecho, un mejor miembro de familia).

## Convierte estas acciones positivas en hábitos repitiéndolas por 21 días



Los expertos dicen que si repites una acción por 21 días, ésta se volverá un hábito y no tendrás que pensar en hacerla antes de actuar. Toma tres semanas y haz estas cosas todos los días. Después de esto, harás estas cosas sin pensar ... y las personas te preguntarán cuáles son tus “secretos” para el éxito.