



¡¡¡ESTAMOS EN 2º BACHILLERATO!!!

Desde el Departamento de Orientación te queremos ayudar a que este último curso de Bachillerato sea más fácil de lo que estás pensando.

¿Qué diferencias hay con otros cursos?

- **Presencialidad.** Seguimos en pandemia, pero volvemos a retomar venir al colegio todos los días.
- **Relación con todo el grupo-clase.** El curso pasado sólo te relacionabas en clase con algunos compañeros. Este curso estarás con todo tu curso.
- **Duración del curso.** Este curso es más breve (a mediados de mayo tendrás tu título de Bachiller) y más intenso porque habrá que ver todos los temarios.
- **EvAU.** Quizá estés pensando en presentarte a la EvAU para acceder a un grado universitario.

¿Cuáles son tus prioridades?

- **Objetivos.** Debes tener claro que tu primer objetivo es obtener el título de Bachillerato. Después vendrá todo lo demás, incluida la EvAU.
- **Asignaturas.** Si tienes asignaturas pendientes de 1º de Bachillerato, debes aprobarlas para conseguir titular en Bachillerato. Si apruebas el curso de 2º, pero tienes pendientes no lo conseguirás.
- **Tiempo.** Es muy importante que dediques 2-3 horas diarias a estudiar, pero dedica tiempo a hacer alguna actividad que te guste (pintura, tocar algún instrumento, algún deporte...) y a salir con tus amigos. Si te organizas bien, tendrás tiempo para todo y rendirás mejor.

¿Tienes un buen horario de estudio?

Llevas muchos años estudiando y, espero, que tengas un buen hábito de estudio. Seguro que sigues estos pasos:

- Utiliza la agenda para ir anotando las actividades, trabajos, exámenes....
- Comienza a estudiar a la misma hora todos los días. Saliendo a las 15 h. una buena hora para empezar a estudiar puede ser las 16 h. Así terminarás sobre las 20 h (aquí están incluidos los descansos)
- Trabaja las asignaturas que hayas tenido ese día.
- Comienza por la asignatura que te resulte de dificultad media y continúa con la que menos te guste o más difícil te resulte.
- Termina por la asignatura que más te guste o más fácil te resulte.
- Periodos de estudio (deberes y/o estudio) 30-45 minutos.
- Descansos de 5 minutos después de cada periodo de estudio.
- Descansa 15 minutos cada dos periodos de estudio.
- Antes de iniciar cada asignatura planifica lo que vas a hacer. Cuando finalice el tiempo que te hayas marcado para ella, anota si te ha quedado algo pendiente y continúa con tu tarde de trabajo.
- Es importante que incluyas momentos para “cosas pendientes”, repasar exámenes, hacer trabajos.
- Los exámenes y trabajos divídelos en partes. Si tienes 5 días para hacer un trabajo, divídelo en 5 partes, no lo intentes hacer todo la víspera de entregarlo.
- Prémiate cuando termines tu tarde de estudio con un capítulo de tu serie favorita, una conversación con algún amigo, una lectura entretenida....
- Cuando estés estudiando pon un cartel de “NO MOLESTAR” en la puerta de tu habitación.
- Desde que empieces hasta que termines tu tarde de trabajo, deja el móvil en “modo avión” en un lugar al que no vayas durante tu tarde de estudio.
- Haz las cosas. Puede que no estén perfectas, pero con el tiempo, cada día las harás mejor.

¿Tienes buenos hábitos?

Después de dos cursos diferentes de estudio por la pandemia, quizá has perdido esos hábitos que estabas terminando de adquirir en 4º ESO. Te recuerdo cuáles son

- Asistir puntualmente a clase.
- Usar tu agenda a diario.
- Tener en tu habitación un calendario bien visible con fechas de entrega de trabajos, exposiciones, exámenes, días no lectivos.
- Tener la habitación ordenada y la mesa despejada cuando te pongas a estudiar.
- Establecer una rutina adecuada de descanso. Acuéstate a una hora que te permita dormir 7-8 horas diarias. **Sobre todo en las jornadas de examen.**
- Dejar preparado todo el material que necesites para las clases del día siguiente y tu ropa por la noche antes de ir a dormir.
- Salir con tus amigos.
- Compartir tiempo con tu familia.
- Realizar alguna actividad física. El ejercicio nos ayuda a sentirnos mejor y facilita nuestro rendimiento académico al liberar sustancias que fijan nuestros aprendizajes.
- Establecer un día (el viernes) o los momentos del fin de semana (las mañanas del sábado y del domingo) que vas a descansar.
- Llevar las cosas al día.

Seguro que con estos recordatorios este curso obtendrás buenos resultados. Piensa que todo el equipo docente estamos para ayudarte a que este curso discurra de la mejor manera. A pesar de que puedas ver dificultades lo importante es poner todos los medios para superarlas.

