



¿CÓMO HACER UN HORARIO DE ESTUDIO?

 Sea consciente de que algunas actividades tienen horario fijo como por ejemplo, tiempos de descanso, comidas, clases.

L 1 Realice un horario realista, sin poner más cosas de las que puede hacer.

K 2

M 3

 Procure que sea equilibrado, es decir, que cada día tenga un esfuerzo similar y que sea completo, que comprenda todas las áreas semanalmente.

M **A** El tiempo dedicado a cada materia dependerá de lo fácil o difícil que te resulte estudiarla. No dediques demasiado tiempo a las que te resulten más fáciles o a las que más te gusten.

L 2


K 3


Se recomienda reservar entre 2 y 3 horas diarias para el estudio personal.


L 1

K 2

Sea flexible con el horario y revíselo constantemente para ver en qué medida se está cumpliendo realmente.

L 

K 

M 

Estudie todos los días y a las mismas horas. Eso te ayudará a crear hábito.

IDEAS
para lograr una verdadera organización del tiempo:



Proyecto Éxito Académico

UCR
UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

OO Oficina de Orientación
CASE COVO CASED CIU