

¿Cómo Estudiar?



VUESTRO FUTURO



Charla 6

UN REPASO: NO OS OLVIDÉIS DE LO QUE EL HERMANO LEE DIJO:

“La vida humana es una carrera larga. Ustedes son jóvenes y...se hallan al comienzo de su carrera. Yo tengo ochenta y seis años. He corrido la carrera durante muchos años y estoy por terminar. Por supuesto, sé lo que los seres humanos necesitamos para correr bien nuestra carrera. ¿Han descubierto ustedes lo que necesitamos? Según mi experiencia hay tres cosas indispensables.”

—*Dios, la educación y el carácter*, 9/1990, por Witness Lee—



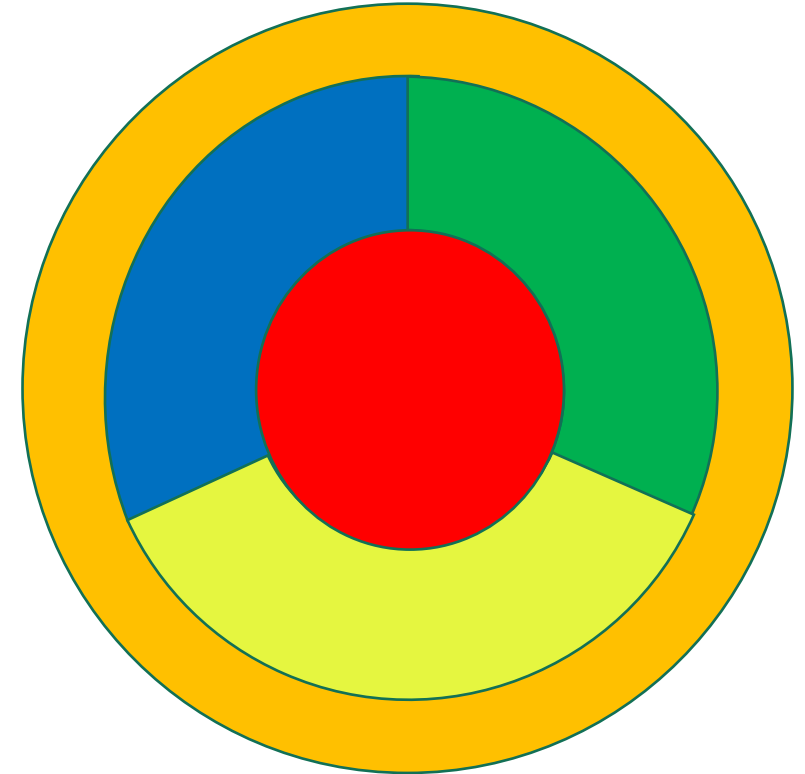
Para con Dios

Necesitamos tener:

- ❖ Un **espíritu** ferviente que contacta a Dios (Ro. 12:11)
- ❖ Un alma poseída por nuestro espíritu (2 Ti. 1:7) con:
 - Una **voluntad** fuerte que elige a Dios.
 - Una **parte emotiva** intensa que ama a Dios.
 - Una **mente** de cordura que recibe las cosas de Dios.
- ❖ Un **cuerpo** consagrado a Él que sirve a Dios (Ro. 12:1).

Para ser:

- ❖ Un **hombre en Cristo** (2 Co. 12:2).
- ❖ Un **hombre de Dios** (1 Ti. 6:11).



En cuanto a la educación

- ❑ Si no procuran una educación durante estos años, es posible que se conviertan en personas miserables...
- ❑ Si ustedes no oyen mi consejo, lo lamentarán...pero para ese entonces ya será demasiado tarde.
- ❑ Me incumbe decirles que la calidad de su vida futura depende de [su educación]...
- ❑ Les animo a todos ustedes a ocuparse de su educación...
- ❑ Les exhorto a no dejar de educarse después de graduarse de la escuela preparatoria...
- ❑ Estudiantes [que] no continúan su educación después de la preparatoria...crea un grave problema para el...país. Esto es lamentable.
- ❑ Su éxito futuro depende de cómo inviertan los...años por venir.
- ❑ La Biblia es muy importante, pero me incumbe decirles que, para los jóvenes, la educación también es importante.
- ❑ No estoy conforme en que ninguno de ustedes deje de educarse cuando se gradúe de la escuela preparatoria. Esto sería un error tremendo.

PROGRAMA.
APOYO EDUCATIVO PARA PADRES DE FAMILIA.

COMO ESTUDIAR EN CASA.

Erika Murillo, Ana Karen Perez.

ANTES DE ESTUDIAR.

- **Planifique** un día antes el tiempo para las clases.
- **Organice** los materiales y el lugar donde va a trabajar.
- **Evite distracciones.** De ser posible apegue los equipos audiovisuales que no va usar y pida que no lo interrumpian.

DURANTE EL ESTUDIO.

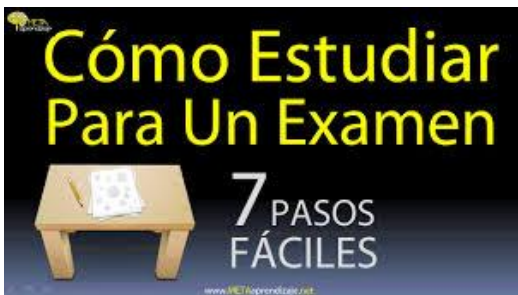
- **Concentre su atención** en ayudar a sus hijos a estudiar.
- **Tenga paciencia** los niños aprenden a su ritmo, gritarles y presionarlos no los ayuda a terminar antes.
- **Aplíquense.** Mientras más se concentran, más rapido terminan la tarea.

DESPUÉS DE ESTUDIAR.

Quando los niños terminen la tarea:

- **Pídales que recojan** sus materiales y los guarden bien.
- **Permitales realizar alguna actividad que quieran,** como premio por su esfuerzo.
- **Usted también tómese un tiempo para relajarse,** ¡Se lo merece por ayudarlos a estudiar!

NOTA: RECUERDE QUE LOS NIÑOS NECESITAN UN GUIA QUE LOS AYUDE, NO LOS DEJE SOLOS.



CÓMO ESTUDIAR

JONATHAN BENITO SIPOS
AUTOR DEL BESTSELLER: GESTIONA TU TIEMPO, DISFRUTA DE LA VIDA

ESTUDIAR ES FÁCIL,

SI SABES CÓMO
TÉCNICAS DE ESTUDIO Y PRODUCTIVIDAD

CÓMO ESTUDIAR



- Medios auxiliares para aprender
- El proceso de aprendizaje
- Sugerencias para aprender

trillas

El gran libro de las Técnicas de Estudio

"Aprende cómo estudiar, más rápido, fácil y eficazmente."



Mauricio Fau

CÓMO ESTUDIAR A DISTANCIA

Y NO MORIR EN EL INTENTO

CAMPUS VIRTUAL UMAD

Hay en día, cada vez más personas ven a la educación a distancia como una excelente opción para continuar su preparación académica. Para que tengas éxito en este tipo de modalidades, te damos algunos consejos.



01 ORGANIZA TU TIEMPO DE APRENDIZAJE

El mayor reto en la modalidad es la organización, por ello, es vital que te establezcas horarios en los cuales podrás estudiar. Si bien la modalidad es flexible, no necesariamente significa que no debes dedicar el mismo o hasta mayor tiempo que en la educación presencial. Establece horarios de forma semanal y en medida de lo posible, no los muevas. Dedica entre 3 y 6 horas semanales a tus estudios y procura concretar todos los días para mantenerlo al tanto de las novedades (El éxito radica en la organización!)

02 Cumple con actividades en tiempo real

Hay algunos programas a distancia que establecen ciertas actividades en tiempo real, como videoconferencias o chats, trata en medida de lo posible, conectarte a dichas actividades, ya que es una forma de poder resolver dudas y aprender de tus docentes y compañeros. Considera estas actividades desde el inicio de tu semana, programalas en tu calendario y participa!



Campus Virtual

03 Mantente al día y no procrastines



Realiza tus tareas en tiempo y forma, no dejes las actividades para el último momento, procura entregar todo con un tiempo de anticipación



Si por alguna razón te atrasaste en tus entregas, no las trates de hacer primero, mejor comunícalo con las actividades actuales y después ponte nuevamente al corriente. Comunícalo con tu docente en línea y explica tu situación. (La comunicación es vital!)



Adelante las lecturas e investigaciones los primeros días de la semana, para que después te dediques a realizar tareas o participar en foros.



Gulas de aprendizaje

CÓMO APRENDER A estudiar

- Motivación
- Concentración
- Memorización
- Esquemas

LA LENA

ESÉÑAME

Uno puede tener la ilusión de que seguro habrá algún secreto que me pueda ayudar a estudiar, o estudiar mejor, o estudiar con más eficiencia.



APRENDER

LAS TÉCNICAS

PARA

Todas las técnicas, estrategias, métodos, consejos, guías, tips y trucos **NO** te van a ayudar a estudiar si no te resuelves en tu voluntad a disciplinarte a estudiar.

ESTUDIAR

MEJOR

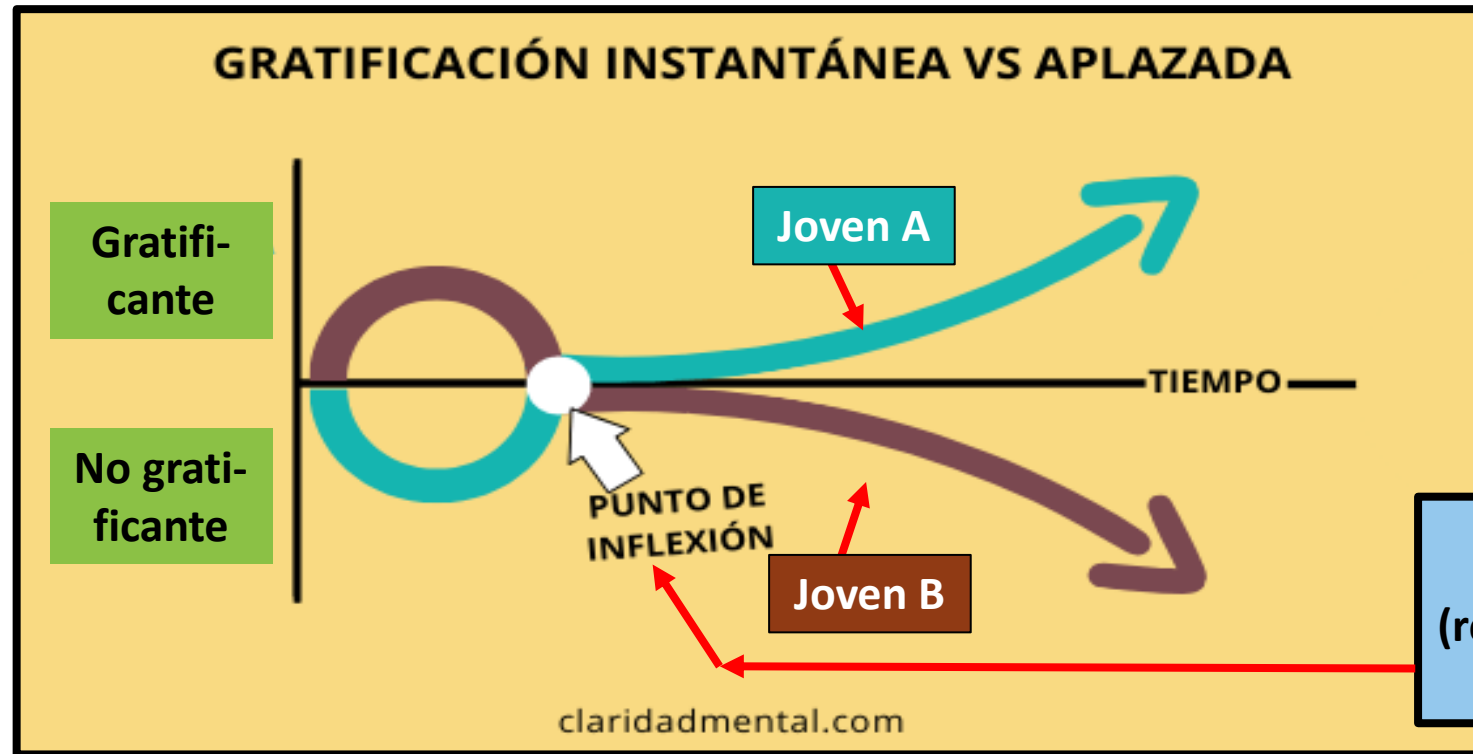
- **No hay fórmulas mágicas.**
Lo que cuenta es el esfuerzo que pongas.
¡Intenta vencer las dificultades!

- **Hablamos de esfuerzo cuando ocurre algún tipo de sacrificio para conseguir algo.**

- **El éxito depende totalmente de nuestro esfuerzo.**



En la vida hay actividades que aportan gratificación instantánea y otras actividades que dan gratificación aplazada.



¿QUÉ CLASE DE VIDA QUIERES TENER?

24 años
(ref. "Dios, la educación y el carácter")

- Gratificación instantánea: Placer superficial a corto plazo que da por resultado una situación insatisfactoria a largo plazo.
- Gratificación aplazada: Sacrificio a corto plazo del placer superficial a cambio de una recompensa de cumplimiento o realización a largo plazo.



- “Cuida tus Pensamientos porque se volverán Actos.
- Cuida tus Actos porque se harán Costumbre.
- Cuida tus Costumbres porque formarán tu Carácter.
- Cuida tu Carácter porque formará tu Destino.
- Y tu Destino será tu Vida.”

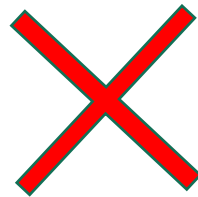
—un sabio del siglo veinte—

Os presentamos
unos factores que
te permitirán
estudiar y
aprender mejor:



1. ¡Presta atención en clase!

- Transmitir al profesor que le estás escuchando.
- Utilizar refuerzos verbales y no verbales que expresen apoyo y reconocimiento al profesor.
- Mirar al profesor cuando está hablando; prestar atención a lo que te está diciendo y cómo lo está diciendo.
- Admitir si no escuchaste.
- Hacer preguntas mostrando interés.
- Reconoce tu distracción más frecuente y aislarla.
- Tener una mente abierta para tratar temas no interesantes en tu opinión.





Ejercicio: Si el cable A de la figura tiene una resistencia a la rotura de 200N, ¿cuál es el máximo peso que este dispositivo puede soportar?

DIAGRAMA DE CUERPO LIBRE

COMPONENTES X, Y DE LAS FUERZAS

FUERZA	Ángulo	COMPONENTE 'x'	COMPONENTE 'y'
A = 200N	40°	$200 \cos 40^\circ = 153.2$	$200 \sin 40^\circ = 128.55$
B	180°	$B \cos 180^\circ = -B$	$B \sin 180^\circ = 0$
W	270°	$W \cos 270^\circ = 0$	$W \sin 270^\circ = -W$

$\Sigma F_x = -B + 153.2$ $\Sigma F_y = -W + 128.55$

CONDICIÓN DE EQUILIBRIO: $\Sigma F_x = 0$; $\Sigma F_y = 0$

RESOLVER SISTEMA DE ECUACIONES

$-B + 153.2 = 0 \dots \textcircled{1}$ • LA FUERZA EN LA BARRA

$-W + 128.55 = 0 \dots \textcircled{2}$ • "B" NO ES SOLICITADA EN EL PROBLEMA.

DESPEJAR DE $\textcircled{2}$ "W"

$-W = -128.55$ • COMO LA EC. $\textcircled{2}$ SOLAMENTE TIENE UNA INCÓGNITA,

$W = 128.55 \text{ N}$ DESPEJAMOS "W" DE ALLÍ.

RESULTADOS "El peso máximo que el dispositivo puede soportar es de 128.55N, suponiendo que la máxima tensión en el cable A es de 200N."

SOLUCIÓN \rightarrow de 128.55N, suponiendo que la máxima tensión en el cable A es de 200N."

REPASO DE LA ESTRATEGIA:

1. TRAZAR UN BOSQUEJO.
2. TRAZAR DIAGRAMA DE CUERPO LIBRE
3. ENCONTRAR LAS COMPONENTES X, Y DE LAS FUERZAS
4. APLICAR LA CONDICIÓN DE EQUILIBRIO
5. DETERMINAR LAS FUERZAS...

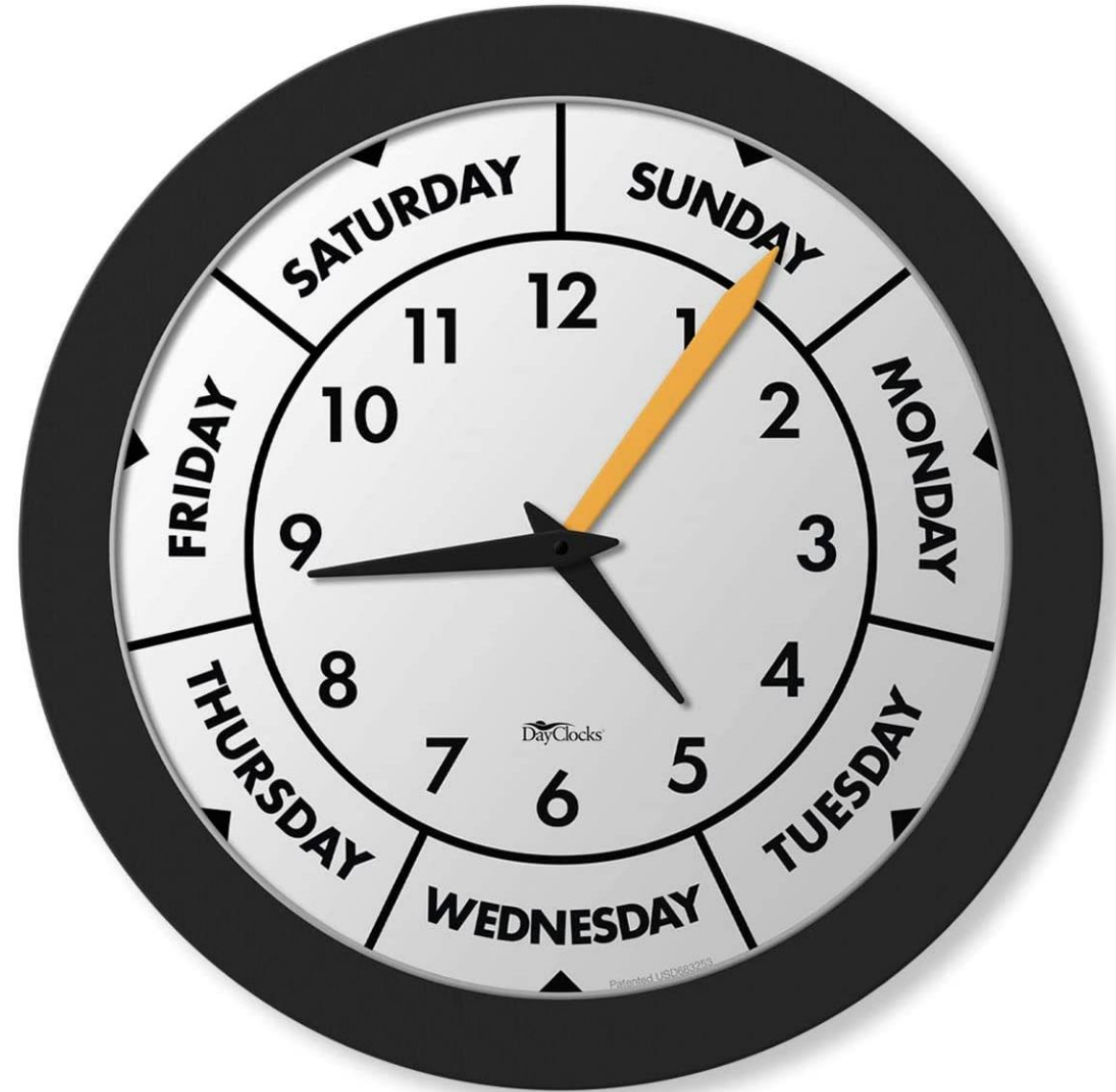


2. Toma buenos apuntes. A la hora de estudiar puedes bosquejar y añadir a los apuntes para poder retener mejor la materia.

3. Haz resúmenes. Crea esquemas sencillos que ayudarán para aprender las palabras e ideas clave y relacionarlas entre ellas. Se puede usar distintos colores y en distintas hojas para que sean mucho más sencillo de acordarse.



4. Estudia cada día, y a la misma hora, eso es lo ideal. Con un horario de estudio te acostumbrarás a estudiar de manera rutinaria. No aplaces los estudios hasta justo antes de los exámenes.



5. Busca un buen espacio y un lugar fijo. El ruido es siempre un gran distractor así que elige un lugar que sea tranquilo y que posea una óptima iluminación. Ya sea que estudies en casa o en un lugar público, sobre todo encuentra un sitio tranquilo, silencioso y donde puedas ordenar tus cosas.

Además, la temperatura es siempre importante al estudiar, así que preocúpate estar en un lugar de estudio calefactado en invierno, y fresco en días de calor.



6. Mantén todo lo que necesites cerca de ti.

El orden es esencial al estudiar.

Trata de tener un espacio que te dé la libertad de poseer todo lo que necesites, ya sea libros, apuntes, el ordenador, lápices, notas, al alcance.

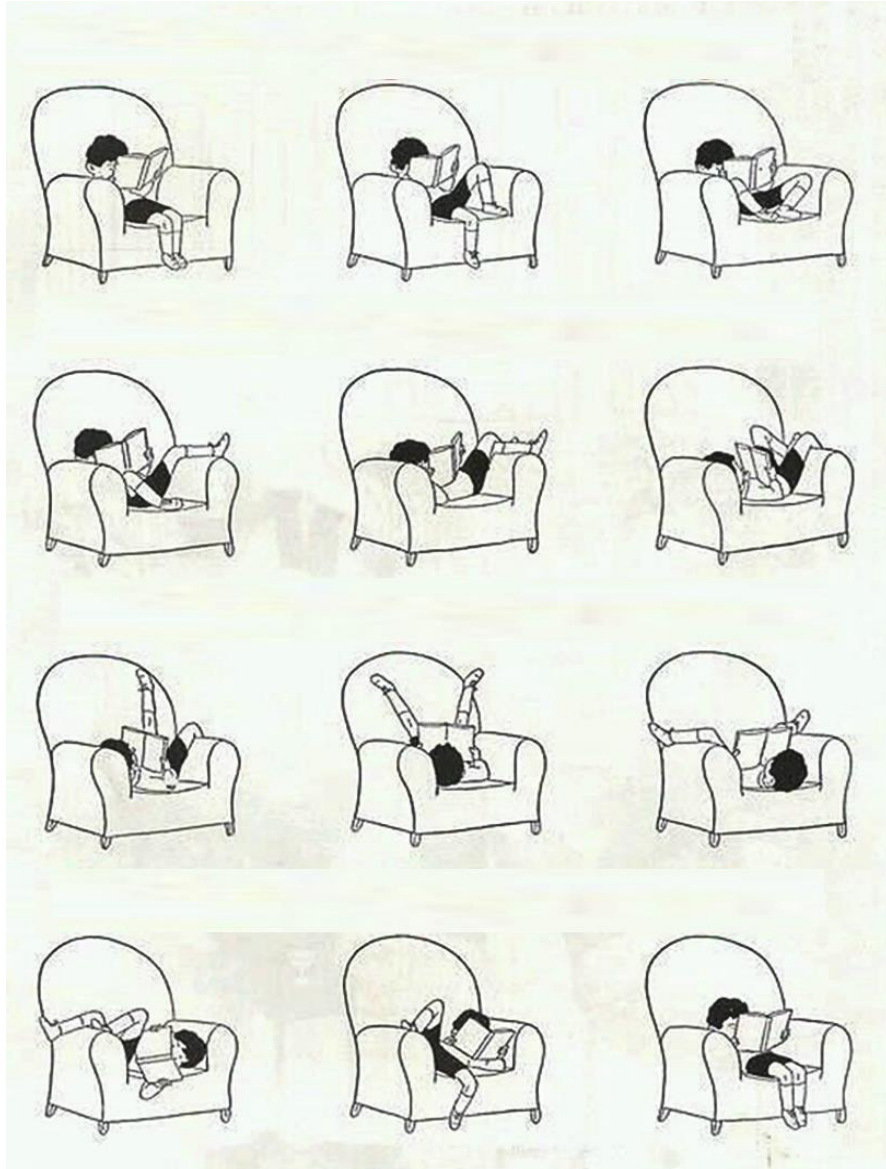


7. No sobrecargues el ambiente





8. Ten una buena postura al estudiar.



9. Haz pausas cada 45 y 50 minutos, descansa diez y vuelve a ponerte. Cuando el cerebro empieza a distraerse es mejor descansar un rato.

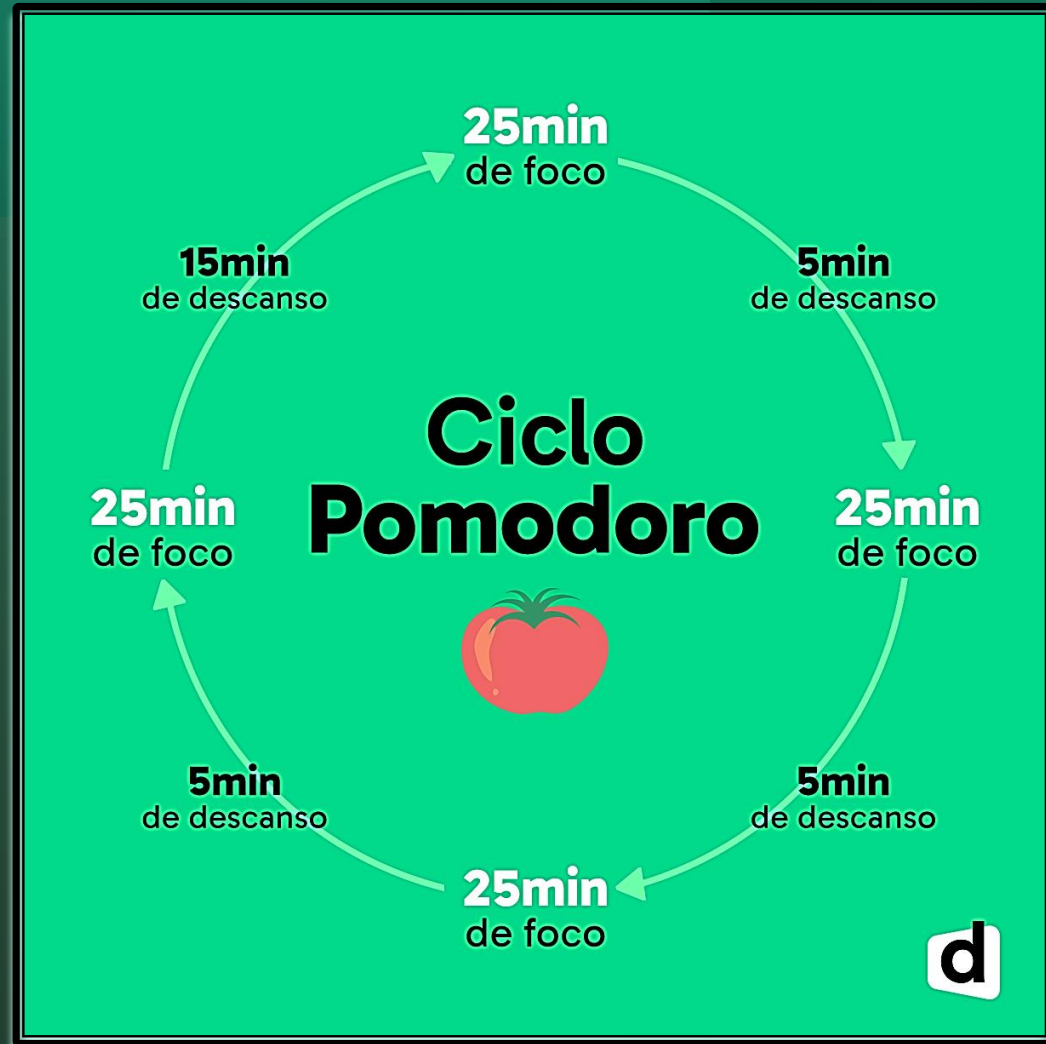


Cuando pausas para descansar, toma el aire, muévete y despeja la mente.

No te impongas una cantidad de horas de estudio. Todo depende de tu nivel de concentración.

Lo más importante es que estudies hasta el punto de ser capaz de explicar el tema de forma precisa y entendible, en voz alta y sin tener que mirar el material.

9a. En vez de lo anterior, puedes considerar el ciclo Pomodoro que es una forma para la administración del tiempo dedicado a una actividad.



10. Si es posible y práctico, crea un grupo de estudio, pero no para charlar y ser distraído por los compañeros.

A veces es el interactuar con compañeros y amigos sobre la materia de estudio cuando más se aprende ya que suelen surgir preguntas, además, explicar el temario a alguien ayuda a tu mente a no distraerse.



11. Duerme las horas adecuadas. El sueño afecta el rendimiento y, por supuesto, la efectividad del estudio. Una mayor irregularidad del sueño se asocia a un menor rendimiento en las habilidades cognitivas, verbales, espaciales, de razonamiento y numéricas.

Procura hacerte un horario que tenga como condición estricta las suficientes horas de sueño (7 u 8 horas) para que el rendimiento y concentración en tus estudios sean óptimos.



12. Durante el período de estudiar evita tu móvil y, sobre todo, las redes sociales.

Deja el teléfono en otro lugar, o apagado para concentrarte. Y evita las redes sociales para que no te quite la concentración y haga que pierdas la dedicación al estudio.



13. No veas la tele cuando estudies.



ESTUDIES LO QUE ESTUDIES...



¡ESTUDIA INGLÉS!



¿EL INGLÉS? ME DEFIENDO

Uindous 8

Rê-Bén



Uátzap

feisbuk



Bolsbagueen



Blutú



Yu Tube

feibu

Picsa Jot

Appol

Kellogg's
CON
FLEIS

pepsi



**UN RETO: A QUE NO SABES CÓMO SE ESCRIBE
ESTOS NOMBRES EN INGLÉS.**

¿SERÁ ÉSTE TU FUTURO?...

Terminé mi TFG a tiempo y me gradué de la universidad, ¡olé!

¡Yupi! Los jefes nos dieron los días para que podamos ir a la conferencia y contamos con la economía.

¡Aleluya! Aprobé todas mis asignaturas. ¡Y de forma sobresaliente!

¡Yippee! I got the C2 qualification in English.

¡Guau! Nos aprobaron la hipoteca para la casa que necesitamos para los niños y es buena para la vida de iglesia.



¡Amén, Señor gracias que tenemos para ayudar a comprar ese local!

¡Alabado sea el Señor que tenemos los medios para visitar a otros países y para comenetrar con los santos allí!

Praise the Lord! I was accepted to the FTTL.

LO SERÁ...



— SI ESTUDIAS —