

MANDAMIENTOS DE LA

EDUCACION

EN CASA HOMESCHOOL

1. ¡ORGANÍZATE!

Administrar el tiempo te permitirá cumplir con todas tus labores. Para ello:

- Lleva un horario de estudio y un cronograma de actividades pendientes.
- Diferencia entre las actividades urgentes (realización inmediata) y las actividades importantes (crecimiento personal).



2. ¡INSTÁLATE!

Adecúa una zona especial de tu casa para el estudio, en la que:

- Con buena iluminación.
- Alejada del ruido.
- Con los elementos necesarios al alcance.
- Fuera de distractores (celular, redes sociales, etc).



5. ¡CUÍDATE!

¡No te puedes olvidar de ti!

- Evita la fatiga visual y toma pausas activas.
- No duermas más de 45 minutos sentado y realiza actividad física (caminar, subir y bajar escaleras, labores del hogar, etc).
- No te saltes ninguna comida y balancea los alimentos.
- El cerebro descansa de noche, no lo esfuerces.



3. ¡ACTÍVATE!

También debes poner de tu parte para aprender.

- Lee con atención las indicaciones de las actividades que te solicitan.
- Consulta las dudas que tengas con tu docente o compañeros.
- Investiga los temas vistos, no te quedes sólo con lo que te da el docente.
- Solicita monitorías, tutorías y/o consejerías académicas en la página web de la universidad (pestaña de permanencia estudiantil).

! Recuerda que cada lugar lo asociamos con una acción (cama-dormir, comedor-comer...).



4. ¡CONÉCTATE!

La conexión a internet te puede dar dolores de cabeza, sin embargo, puedes hacer lo siguiente para agilizar dicha conectividad:

- Utiliza el mejor dispositivo que facilite tu aprendizaje en función del contenido o el trabajo que realizarás.
- Desconecta de la red los dispositivos que no tengas en uso.
- Las descargas de archivos pesados, realízalas en lo posible durante la noche.



6. ¡MOTÍVATE!

Plantéate metas a corto plazo y que sean realizables, puesto que te ayudarán a cumplir un objetivo más alto.

Sé constante y no dejes para después actividades que puedes hacer ya, porque ¡más tarde no habrá tiempo!

Recompénsate cuando cumplas tus objetivos diarios.



Si presentas dificultades académicas solicita una cita en Apoyo académico
A través de la página web de la universidad: www.uniagustiniana.edu.co/apoyo-academico

coor.permanencia@uniagustiniana.edu.co
apoyoacademico@uniagustiniana.edu.co
acom.academico@uniagustiniana.edu.co



UNIAGUSTINIANA

Permanencia Estudiantil

© 2020 UNIAGUSTINIANA

