



ORIENTACIONES GENERALES EN EL ESTUDIO

A continuación se presentan dos temas, de clic en el que le interese, encontrará información útil para apoyar los estudios de su hijo.

-  Organizar el tiempo
-  Tomar apuntes

ORGANIZAR EL TIEMPO

¿Qué es el tiempo?

“Qué es el tiempo sino un parpadeo, el movimiento de una mano, un último suspiro.

El tiempo es lo que hacemos de éste y las significaciones que le asignamos: pasado, presente, futuro.

El tiempo es el fugaz instante del encuentro de dos manos o dos abrazos.

El tiempo es lo que se vive: cada sonrisa, enojo y pataleta. Son las lágrimas, la tristeza y la carcajada que llega después de la tormenta.

Si, el tiempo es eso que invierte el escritor en usar su pluma, y el lector en leer las letras de aquel.

Si, definitivamente ese es el tiempo: Algo que no es inmóvil”.

Fuente: By [catyrestrepo](#). September 5, 2009. **Posted in:** [News](#)
<http://hiperbarrio.org/2009/09/05/%C2%BFque-es-el-tiempowhat-is-time/>

Nos damos cuenta del tiempo por el conteo que hacemos de éste. Nosotros somos quienes tenemos un tiempo de vida: nacemos, crecemos, maduramos, envejecemos y morimos. Éstas son sólo algunas definiciones, hay muchas más, le invitamos a que reflexione sobre el tiempo. Usted... ¿cómo quiere vivir su tiempo?

Es importante saber administrar el tiempo. Puede orientar a su hijo en la organización del suyo, tomando en cuenta el trabajo, diversión, estudio, la convivencia, etc.

No pierdan de vista que como seres biopsicosociales es necesario saberlo distribuir entre todas las actividades que realiza su adolescente.

Puede sugerirle a su hijo que elaboré su propio horario por escrito al igual que usted, tomando en cuenta las actividades que cada uno realiza, los tiempos asignados, días de la semana, entre otros aspectos.

En el diseño del horario, les sugerimos tomen en cuenta lo siguientes puntos:

- Las actividades básicas que realizan diariamente.
- Elaboren su propio Plan de Actividades.
- Busquen cumplir en todo momento su horario, vayan creando hábitos de estudio y estilos de vida.
- Que su plan de actividades no sea tan rígido que no admita imprevistos, pero tampoco tan flexible que los lleve a la dispersión.
- Prioricen las actividades, habrá unas más importantes y trascendentales que otras.
- Evalúen como les resulta el horario elaborado.

A continuación les sugerimos elaboren su propio horario, para ello le presentamos el siguiente formato, pero ustedes pueden diseñar el que más les acomode.

HORARIO

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Prueben la nueva forma de organización de su tiempo, ¡recuerden que pueden irlo adecuando hasta que les funcione!

No olvide que el tiempo no regresa: lo que hagan o dejen de hacer tendrá efectos.