

Colegio Cumbre da los consejos necesarios para estudiar en casa

Desde los años precedentes, el Colegio Cumbre pretende ser una referencia educativa de sus alumnos, sus más de 40 años de experiencia y su formación homologada en todos los niveles de enseñanza. Un sistema educativo donde se adopta la individualidad de cada alumno, garantizando así su seguridad y el bienestar, como factor prioritario. Un colegio privado de referencia en materia de excelencia académica en el área metropolitana de Madrid

Por ello, Colegio Cumbre ofrece algunos consejos y claves para que los alumnos sean igual de eficientes desde casa de cara al estudio.

Se debe elegir siempre un mismo lugar y hora para el estudio. Lo primero y más importante es la disciplina, y la mejor forma de imponerla es creando hábitos de estudio que ayuden a sentarse y estar el tiempo necesario.

Lo más complicado de estudiar en casa es planificarse y ser productivo con el tiempo y, en este caso, todo depende del alumno, de demostrar su responsabilidad y la importancia de su formación hacia el futuro, por lo que deberá tomar la iniciativa de cara al estudio.

Ser constante y estudiar en casa a diario. La constancia es uno de los grandes valores del ser humano. Para evitar los agobios de última hora, no olvidar dedicar cada día un rato a repasar para que los conocimientos se afiancen de forma adecuada.

Desde casa, el estudio requiere de una planificación intensiva. No se disponen de profesores que organicen las materias de forma presencial, pero eso no implica dejar nada a la improvisación. Es necesario ser ordenados e ir de lo más a lo menos importante para ser productivos.

En épocas más relajadas, Colegio Cumbre aconseja dedicar mínimo una hora de estudio al día para afianzar materias y no perder el hábito. En épocas de mayor carga lectiva, se deben elevar los tiempos de estudio, así se asimilan los conceptos por costumbre.

Es muy importante no caer en rutinas negativas. Para ello, es importante ir cambiando de materia, dedicar unos minutos al descanso, luego memorizar, realizar resúmenes...

Se atribuye gran importancia a realizar pausas entre cada actividad o cada hora de estudio, para recuperar fuerzas y volver al ritmo. Solo bastan 10 minutos de descanso para conseguir despejar la mente y poder retomar el estudio sin que la capacidad de estudio baje.

Al comienzo de la jornada de estudio, la mente está más despejada, así que se debe aprovechar para estudiar las materias más complejas, para luego seguir con alguna asignatura menos prioritaria.

Desde Colegio Cumbre se recuerda disminuir el uso del teléfono móvil al mínimo cuando comience la jornada de estudio, ya que dicho uso del móvil aumenta los niveles de estrés, contrae problemas para conciliar el sueño y, además, problemas de visión.

Ante todo esto, recordar que la condición física es importante, por lo que el alumno debe dormir y alimentarse bien. Indispensable para obtener un buen rendimiento académico.

Datos de contacto:

ALVARO GORTIZ

Reformas integrales por Pluumber

951650484

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Educación](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>