



UNIDAD IV.

HÁBITO, FATIGA, REPASO Y PREPARACIÓN DE EXÁMENES.

INTRODUCCION:

En esta unidad tratamos varios problemas a los que nos enfrentamos como estudiantes. El hábito de estudio no es fácil de adquirirse si no nos empeñamos en alcanzarlo. En la actualidad ya no podemos ser estudiantes si solo estudiamos - antes de presentar exámenes. Nuestro estudio o aprendizaje - debe realizarse diariamente. Por eso es muy importante aprender a repasar, evitar la fatiga y presentar exámenes. Esta unidad pretende ayudarte a resolver estos problemas.

OBJETIVOS:

1. Definir hábito.
2. Mencionar las ventajas de la adquisición o formación de hábitos.
3. Enumerar las reglas para adquirir hábitos.
4. Definir fatiga.
5. Señalar las clases de fatiga.
6. Listar los remedios para evitar la fatiga en el estudio.
7. Señalar cuando deberán realizarse los repasos.
8. Señalar el material sobre el que se realiza el repaso.

9. Listar los pasos a seguir en el modelo de realizar un repaso.
10. Señalar la mejor forma de eliminar la angustia ante los exámenes.*
11. Enumerar las sugerencias para presentar exámenes.
12. Mencionar los tipos de evaluaciones o exámenes.
13. Explicar en qué consiste cada tipo de evaluación o examen.

PROCEDIMIENTO:

1. Para lograr la formación de hábitos pon especial interés en los objetivos 2 y 3. Así mismo, para evitar la fatiga pon especial interés en el objetivo 6.
2. Los objetivos 7, 8 y 9 te ayudarán a prepararte para las evaluaciones o exámenes realizando correctamente los repasos.
3. Los objetivos 10 y 11 te ayudarán a tener tranquilidad al presentar las evaluaciones o exámenes.
4. Los objetivos 12 y 13 te explicarán como son los tipos de evaluación o de examen de modo que no tengas ninguna dificultad al enfrentarte a ellos.

ACTIVIDADES:

Deberás realizar por escrito el siguiente cuestionario y entregarlo a tu maestro, asesor o coordinador, contestado.

1. ¿Tienes hábito de estudio?
2. ¿Qué haces para eliminar la fatiga o cansancio?
3. ¿Cuál es la técnica de estudio que más utilizas?

4. ¿Dedicas un tiempo de tu estudio al repaso?
5. ¿Cada cuándo repasas?
6. ¿Sobre qué material acostumbras repasar?
7. ¿Qué método de repaso utilizas?
8. ¿Cómo eliminas la angustia en las evaluaciones o exámenes?
9. ¿Qué sugerencias de las mencionadas en el punto E del capítulo VIII aplicas cuando vas a presentar exámenes?
10. ¿Qué consecuencias puede tener el copiar en un examen?