***CONDICIONES PARA EL LUGAR DE ESTUDIO***

Las mejores para estudiar en casa son un buen lugar de estudio y tener siempre los materiales que necesitas.

Hay que procurar que **SIEMPRE** sea **EL MISMO**, para crear mejor el hábito de estudiar. Y ha de ser un lugar **TRANQUILO**, no un lugar donde haya reuniones o donde se pase de una habitación a otra. También es importante que sea **SILENCIOSO**, es decir, evitando el ruido, la televisión, la radio,… No obstante, a veces, una música suave puede ayudarte.

Es mejor utilizar **LUZ NATURAL**: la claridad del día. Y cuando sea necesario una **LUZ ARTIFICIAL** con la lámpara o con un flexo, es preferible que sea de luz blanca y colocarla a la izquierda si escribe con la mano derecha; y a la derecha, si lo hace con la mano izquierda.

La **TEMPERATURA** de la habitación también es importante que se cuide, es decir, no hará ni mucho frío ni mucho calor.

El **frío** hace que nos levantemos continuamente que no os centréis y que perdáis tiempo. Y el **calor** produce sueño.



Y lo **VENTILAREMOS** de vez en cuando abriendo la puerta o la ventana.



La **MESA** es mejor que sea amplia, de manera que puedas trabajar a gusto en ella. Pero no olvidemos que una mesa grande desordenada es como si tuviesen una mesa pequeña. Así que, es preferible que la **ORDENÉIS** antes de empezar a estudiar. Y si fuera posible, es mejor que tenga el tablero inclinado, como las que tienen en las clases del Instituto. De esta forma, evitaremos malas posturas y problemas de salud.



La **SILLA** ha de tener respaldo y ser lo suficientemente alta como para que puedan ponerse los pies en el suelo. Evitad los taburetes. Cansan la espalda y hacen que tengan posturas muy poco sanas.



Cerca de la mesa, es muy recomendable tener un lugar donde tener a mano sus libros y demás materiales para poder estudiar sin necesidad de levantarse para cogerlos y perder tiempo. Una posibilidad es colocar **ESTANTERÍAS.**



Puede seros también de utilidad un **TABLERO DE CORCHO** en el que puedan poner el horario, las tareas que tenéis que hacer en la tarde y en la semana, los avisos sobre trabajos que han de realizar, las fechas de los exámenes,…