

¿No te cansa que tu padre o mamá te digan todo el rato "Ponte a hacer los deberes"?

¿No te angustia tener que estar todo el rato pendiente de hacerlos, de que no se te olvide nada, porque al día siguiente te los va a pedir el maestro o la profesora?

iiiPues todo eso se acabó!!!

Te presentamos nuestra nueva fórmula para acabar con todos esos problemas:

iiiEl Laboratorio de Estudio!!!

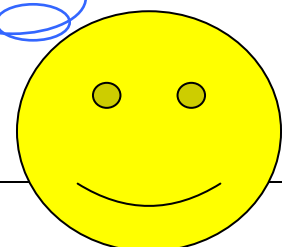
iiConsigue casi sin esfuerzo esa tranquilidad que deseabas!!

iiDedícate a lo que te gusta sin la angustia de que te recuerden que tienes que hacer los deberes!!

Sigue las indicaciones de nuestro sencillo sistema y

iiiConsigue unos resultados que te asombrarán!!!

iiiAhora mismo, no seas simple!!!



LOS PASOS DE NUESTRO MÉTODO INFALIBLE:



1.- Coge una cartulina, colores de tu gusto, y un poco de imaginación y diseña tú mismo la señal de tu LABORATORIO DE ESTUDIO. Te ponemos un ejemplo, pero no tiene por qué ser igual. Basta con que avise a cualquier atolondrado de que, en esa habitación, tu habitación, se está trabajando en tu LABORATORIO DE ESTUDIO y que no es conveniente molestar...te.

Es evidente que nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO no puede estar en el salón de la casa, ni en la cocina, ni en ninguna habitación en la que la gente entre, salga, suene el teléfono, haya una tele puesta, se esté charlando, etc... Nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO necesita tranquilidad y, sobre todo, que no nos interrumpan mientras trabajamos.

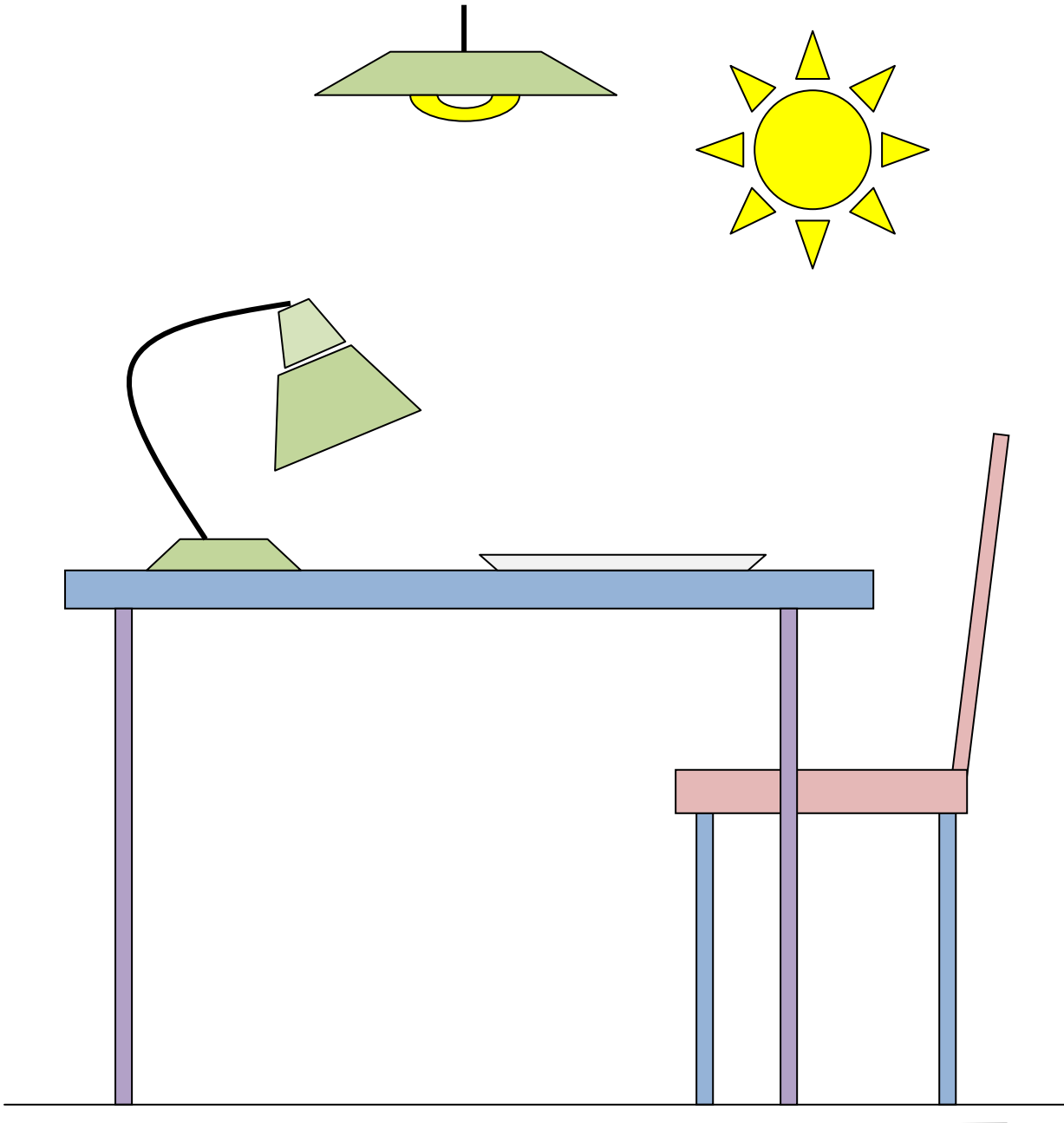
2.- Procura (esto es muy importante) que todo el mundo -especialmente papá o mamá- se enteren de que has abierto el LABORATORIO DE ESTUDIO y que, desde hoy, se acabaron tus problemas porque **¡¡¡vas a trabajar!!!**.

Haz que se enteren bien para que no te interrumpan cuando uses tu laboratorio y, desde luego, para que sepan que estás trabajando y no te vengán después con monsergas.

Pero, desde luego, no vas a trabajar a tontas y a locas, como hasta ahora, sino que vas a desarrollar tu propio LABORATORIO DE ESTUDIO, científicamente diseñado para lograr mucho más con el mínimo esfuerzo.

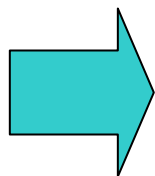
3.- Cuelga tu señal en la puerta de tu cuarto cuando vayas a trabajar. **Así todos sabrán que estás trabajando y que no deben molestarte....**

4.- Aquí puedes necesitar la colaboración de papá o mamá, porque el LABORATORIO DE ESTUDIO necesita unos pocos instrumentos en su interior, científicamente colocados, como en el dibujo que te mostramos:



A saber:

- Necesitas **una mesa**, amplia, con mucho espacio para trabajar. Debe estar ajustada a tu altura de forma que no te tengas que agachar o empinarte demasiado para estar cómodo. Es mejor si es de color claro, porque así no se cansa la vista. La mesa es el instrumento imprescindible del LABORATORIO DE ESTUDIO.
- Necesitas también **una silla**. Cómoda, agradable para el culete (o el culazo, según sea el de cada uno) que te permita apoyar la espalda para que te canses lo menos posible. Tus pies deben apoyarse en el suelo cuando uses el LABORATORIO DE ESTUDIO. No valen las piernas colgando ni usar una escalera para sentarse....
- Lo más importante de todo, imprescindible en el LABORATORIO DE ESTUDIO, es tener en cuenta **la luz**. Hay que conseguir una lámpara de mesa con luz brillante y clara. Si podemos tener una buena ventana con luz natural, chachi piruli juan pelotillas, pero si no tenemos esa ventana (o es invierno, o está nublado, o las cosas se ponen un poco oscuras, o hay un eclipse de sol...) necesitamos esa lámpara sobre la mesa. A nuestra izquierda si escribimos con la derecha (si somos diestros) o a nuestra derecha si escribimos con la izquierda (si somos zurdos).
- Además es conveniente tener otra luz en el techo, más suave, para conseguir que nuestra vista no se canse....
- ¿Qué más nos hace falta? Bueeeeno, vendría de perilla una estantería cerca donde tener a mano los libros, los materiales de clase o las cosas que pudiésemos necesitar para usar nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO.



- ¿alguna otra cosa? Pues bien, sí: es muy útil tener a mano el diccionario, o una enciclopedia. Algunos suertudos tienen cerquita el ordenador con internet y todo eso, pero, de momento, nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO no necesita esos aparatos...porque corremos el riesgo de distraernos (el Tuenti, el Facebook, el Halo3...) y entonces...¡¡¡liamos!!! Además, a no ser que tengamos una habitación enooooorme, nos quitarán espacio de nuestra mesa de trabajo del LABORATORIO DE ESTUDIO.

5.- Bueno, imaginemos que ya tenemos nuestra señal en la puerta, nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO perfectamente equipado. Imaginemos que le hemos dicho a todo el mundo que no nos moleste, porque vamos a trabajar en nuestro laboratorio... entonces...¿qué hacemos?

Jolín, es evidente:

Se trata de estudiar, de hacer nuestra tarea para que nadie nos pueda dar la vara con eso de "haz los debeeeeeres" o aquello de "como no estudies no sales" o -peor aún- para acabar con esa sensación asquerosa que da estar por ahí entretenido sabiendo que, cuando llegues a casa todavía te tienes que poner a hacer los deberes...

6.-¿Cuándo nos ponemos entonces?

Es bien fácil: cuanto antes.

Es decir, *antes de que nadie pueda decirme nada*. Tan pronto como volvamos del insti y hayamos comido, antes de encender la tele, la consola o de


ponernos a jugar, antes de distraernos y de perder la concentración. ESE ES EL MOMENTO.

¿Qué ganamos?

Fácil también: **Primero**: estamos más concentrados y descansados. **Segundo**: terminamos antes y lo hacemos mejor. **Tercero y más importante**: desde el momento en que hemos hecho nuestro trabajo, **el resto de la tarde es nuestro**. Nadie nos puede decir nada. No tenemos trabajo pendiente. Podemos entretenernos, jugar, ver la tele o hablar con nuestros amigos, ir a nuestras actividades tranquilamente porque hemos hecho nuestro trabajo y NOS LO HEMOS GANADO.

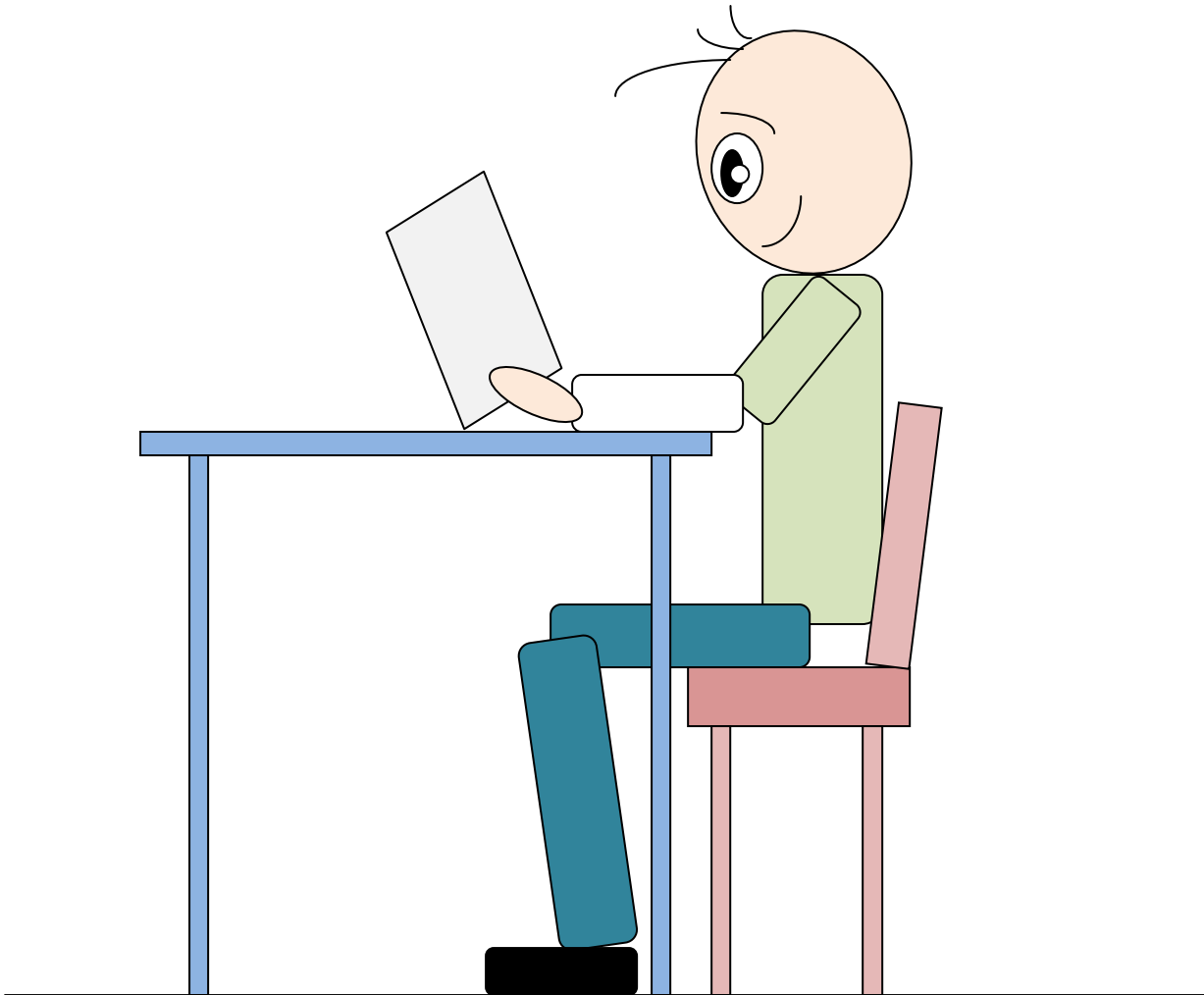
Es muy importante no olvidarse de que tenemos que hacerlo **todos los días a la misma hora**. Si nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO trabaja bien no necesitaremos usarlo los sábados y los domingos. Si los exámenes son muchos y la cosa se pone complicada, puede ser necesario usar también la mañana del sábado.

Pero la regla es la misma: empezamos en el LABORATORIO DE ESTUDIO antes de cualquier otra cosa, antes de cualquier diversión, entretenimiento, juego o distracción. Si no, papá o mamá aparecerán tarde o temprano para decirnos: "los debereeeeeees" y se aguará la fiesta. Es un poco imbécil dejar que eso suceda. Nos lo quitamos de encima y ¡a disfrutar!



7.- ¡Ah sí! ¡La postura! La postura es muy importante. Tan importante que hemos hecho un dibujo para que te fijas bien en cómo se usa el LABORATORIO DE ESTUDIO:

Bien sentado, con los pies en el suelo, la espalda lo más recta posible, apoyada en el respaldo de la silla y los ojos bien lejos del libro o del cuaderno (si tenemos que acercarnos no estaría de más ir al oculista). Cualquier otra postura es cansada, nos hará rendir menos, hará que tengamos que estar más tiempo trabajando para conseguir lo mismo...o sea que es un fastidio. Así que no seremos tontos y usaremos una postura científicamente diseñada para funcionar mejor.



8.- También hay que tener en cuenta la música... **¿es bueno estudiar con música?** Sí, siempre que la música sea **lenta, esté en un volumen bajo y no tenga letra**. La Tele, la Radio (con locutores y partidos de fútbol...), los teléfonos móviles o no que nos distraen, los hermanos pequeños o mayores que charlan y nos interrumpen, etc... están absolutamente prohibidos en nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO.

9.- Y entonces ¿qué hago en el LABORATORIO DE ESTUDIO?

-¿Es que no lo has pillado aún?... Pues es fácil: los deberes, estudiar. O sea, tu trabajo como estudiante, pero organizado y científicamente preparado.

-Ya , pero... ¿Y si no tengo deberes?

-Eso es una trola como un autobús. Siempre hay deberes, tareas que hacer o cosas que repasar. Incluso podemos adelantarnos a los profesores y leernos las lecciones que todavía no nos han explicado, para tener trabajo hecho... Lo importante de nuestro método es que trabajemos en nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO todos los días.

Un rato.

Está científicamente demostrado que si desde Primaria trabajáramos *algo más de una hora y media AL DÍA todos los días*, aprobaríamos con facilidad y buenas notas. En Secundaria, las cosas *parecen* un poco más complicadas, pero a nosotros no nos sorprenderán porque ya estaremos acostumbrados y podremos organizar nuestro tiempo y nuestro esfuerzo gracias a nuestro LABORATORIO DE ESTUDIO.

10.- COSAS QUE ES ÚTIL RECORDAR:

Lo primero que tenemos que recordar es que en nuestra agenda del Insti tenemos que apuntar cada día las tareas pendientes, los deberes que debemos hacer y todo lo que tengamos que estudiar o repasar. Si nos acostumbramos a enseñárselo a papá o mamá todos los días, ellos sabrán que hacemos nuestro trabajo, se sentirán contentos y *¿quién sabe?*, unos padres contentos con nuestro trabajo pueden ser muy, muy generosos cuando necesitemos ayuda o diversión... (Hay que ser listos...)

Además así no se nos "olvidará" ningún trabajo y no correremos el peligro de que nos pongan un cero patatero en alguna asignatura.

Cuando entremos en el LABORATORIO DE ESTUDIO, con nuestra agenda en la mano, tendremos muy, muy claro lo que nos toca hacer y podremos organizarnos...

-¿Y si no me sé algo...puedo preguntar a papá o a mamá?

Claro que sí. Pero al final. Conforme estés estudiando y haciendo los deberes debes ir apuntando tus dudas y las cosas que no sepas hacer. Si puedes, con el diccionario y las enciclopedias investiga y averigua lo que puedas. Si no puedes, al final, cuando hayas hecho todo y *sólo entonces*, acude con tus dudas a papá o mamá o -para eso están- a tus profesores al día siguiente... Lo más importante es que vayas interrumpiendo a cada rato tu sesión de estudio. Debes acostumbrarte a intentar hacer tu trabajo de un tirón. **Las dudas, al final.**

Si quieres saber más cosas sobre la organización, pregunta a tu tutor o tutora o busca al Responsable de Orientación del Instituto que, seguro, te echará una mano muy a gusto....



Por favor, no molestar.

**Laboratorio de
estudio.**