

Educación para la salud y el bienestar en tiempo de **COVID-19**

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



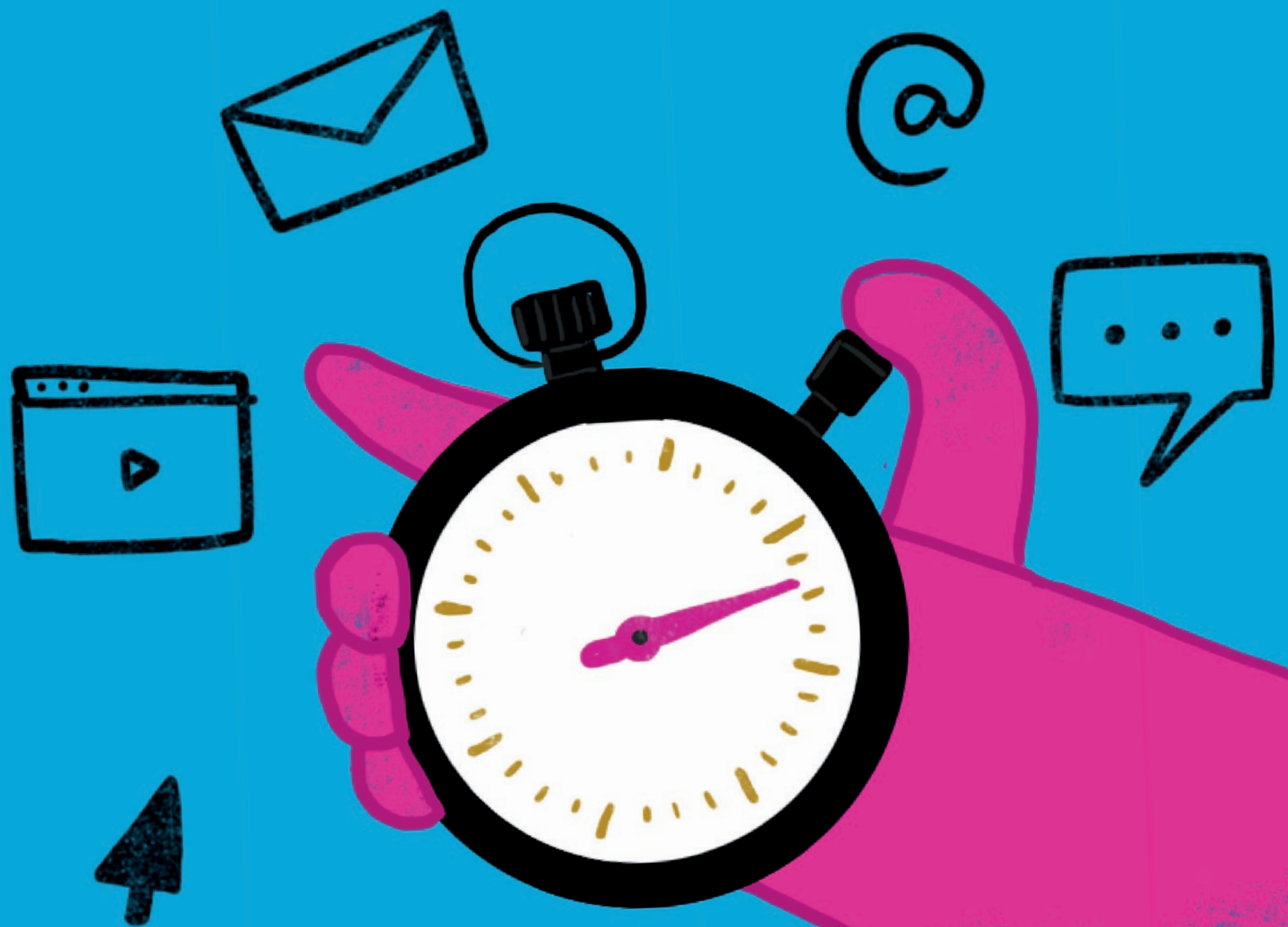
UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

Educación para la salud y el bienestar en tiempo de **COVID-19**

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

PIDE A TUS PROFESORES Y PROFESORAS LOS PLANES DE ESTUDIO DE TODAS LAS MATERIAS

Esto te dará una idea de los temas que necesitas cubrir, su secuencia aproximada, el tiempo necesario para su preparación y los criterios de evaluación del desempeño.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

DEFINE TUS PRIORIDADES Y NECESIDADES

Si la historia es tu principal interés y estás contento con sólo obtener una nota para aprobar matemáticas, planifica tu trabajo de esta manera. No es necesario ser un maestro en todas las materias.

Ten en cuenta que tu ritmo de aprendizaje puede cambiar cuando estudias en casa, por lo que algunas cosas pueden parecer más fáciles que antes, mientras que otras pueden demorarse más de lo habitual.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



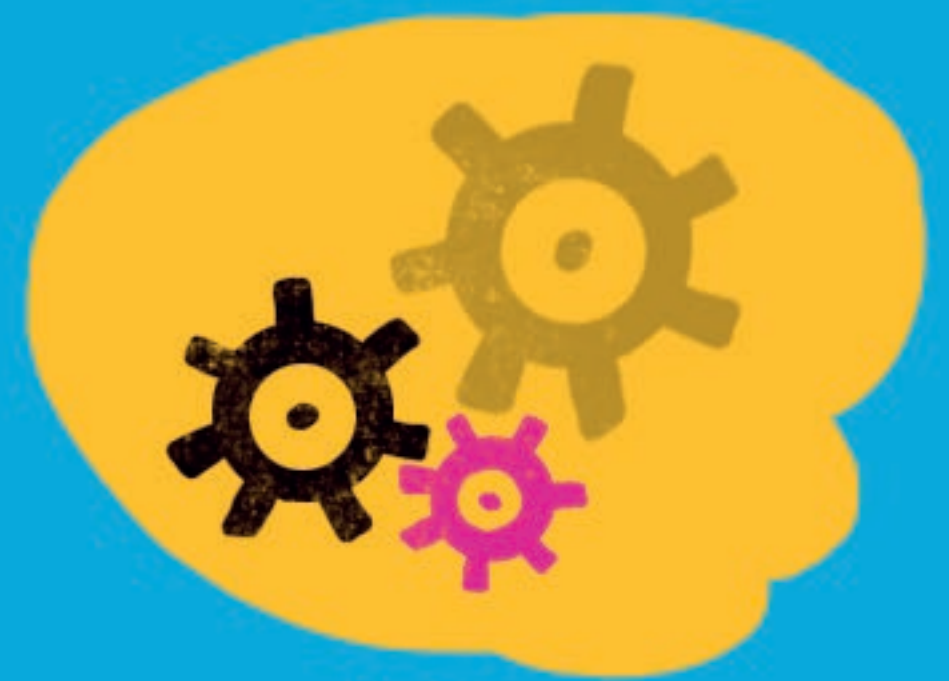
UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

Educación para la salud y el bienestar en tiempo de **COVID-19**

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

IDENTIFICA LAGUNAS EN TUS CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES

Invierte más tiempo en cosas que te resulten más difíciles, como la parte oral del examen de castellano, si leer y escribir te parecen cosa fácil.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

HAZ LISTAS REALISTAS DE TAREAS Y HORARIOS

No intentes memorizar todas las fechas históricas de guerras y levantamientos durante la cuarentena; será mejor que hagas un plan mínimo y realista para un día y una semana más. Empeña tus horas más productivas en las tareas más difíciles.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

Educación para la salud y el bienestar en tiempo de **COVID-19**

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

EXPLORA TÉCNICAS DE GESTIÓN DEL TIEMPO

Lee sobre el Sistema Yana Frank, el Principio de Pareto, Kanban y otros. Hay una variedad de aplicaciones de productividad, tales como Forest o Plantie.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

Educación para la salud y el bienestar en tiempo de **COVID-19**

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

UTILIZA RECURSOS EDUCATIVOS ABIERTOS

Los cursos por Internet, las videoconferencias y los canales educativos de YouTube le darán variedad a tu aprendizaje.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



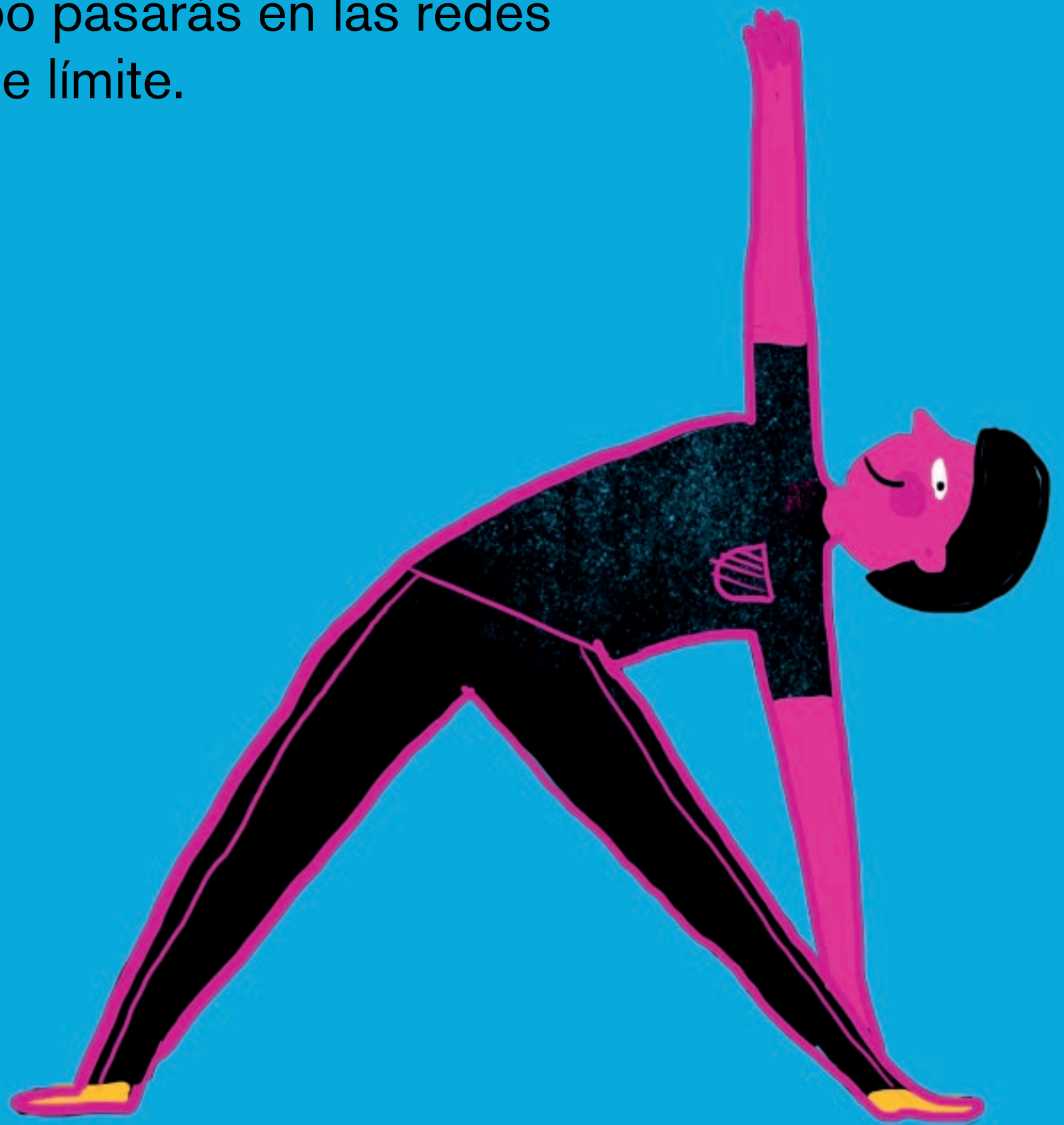
UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

Educación para la salud y el bienestar en tiempo de **COVID-19**

¿Cómo estudiar en casa y prepararse para los exámenes durante la cuarentena?

HAZ UNA PAUSA CADA UNA HORA

Un poco de ejercicio es lo mejor que se puede hacer durante esos descansos. Planifica con anticipación cuánto tiempo pasarás en las redes sociales y no excedas este límite.



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education

*Educación
para la salud y el bienestar
en tiempos de COVID-19*



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Oficina de Santiago
Oficina Regional de Educación
para América Latina y el Caribe



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education