

Com ha de ser l'ambient d'estudi ?



Objectiu

Conèixer les característiques que ha de tenir el lloc d'estudi per afavorir la concentració i l'atenció.

Temps

Una hora, aproximadament.

Material

Fitxa per l'alumne.

Metodologia

- S'explica mitjançant els dibuixos com ha de ser el lloc d'estudi, la taula i la cadira, els accessoris, la il·luminació, la necessitat de silenci...
- Cadascú ho compara amb el seu lloc d'estudi i tracta de millorar els aspectes no adequats per un bon lloc d'estudi.



1. COM HA DE SER L'AMBIENT D'ESTUDI ?

L'ambient que envolta l'estudi és molt important i ha de reunir una sèrie de requisits:

LLOC D'ESTUDI

- És important que SEMPRE sigui EL MATEIX.
- S'ha de TENIR A MÀ tot el que es necessiti (llibres, diccionaris).
- Ens hem de trobar CÒMODES.
- Perfectament ORDENAT.
- Si s'ha de compartir amb algú, s'ha d'establir un compromís perquè es respecti durant les hores de treball.

TAULA I CADIRA

- La taula ha de ser AMPLA i ha d'estar ORDENADA.
- La taula ha de ser ADEQUADA a l'altura de la cadira.
- És ideal que estigui AL COSTAT D'una finestra.
- La cadira ha de tenir el respallter RECTE.
- POSTURA adequada: tronc estirat i l'esquena recolzada a la cadira.

ACCESSORIS

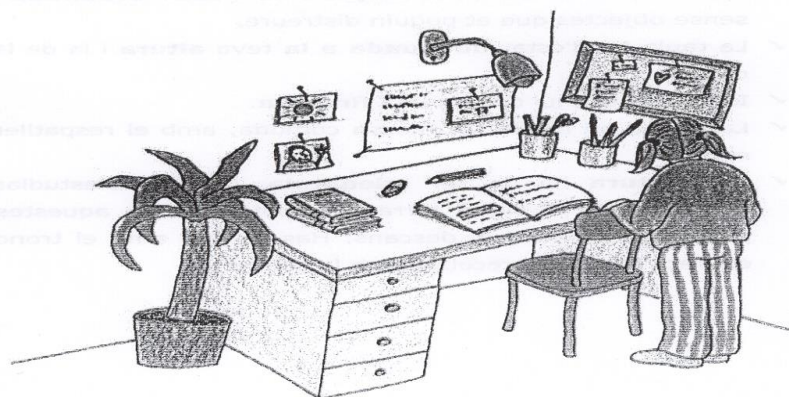
- Tenir un PLAFÓ DE SURO per posar-hi el teu horari setmanal, pròxims controls.
- Tenir PRESTATGERIES properes a la taula perquè es puguin tenir tots els materials d'estudi a l'abast.

SILENCI

- Es necessita el MÀXIM SILENCI per aconseguir la màxima concentració.
- Cal estudiar SENSE música.
- Cal mantenir-se ALLUNYAT de converses, del televisor o del telèfon.



IL·LUMINACIÓ

- És MILLOR treballar amb Ilum natural.
- Si es treballa amb Ilum artificial, a la taula hi ha d'haver un Ilum que CONCENTRI la il·luminació a la zona de treball.
- Aquest Ilum ha d'estar a la BANDA CONTRÀRIA de la mà amb què s'escriu.



FI
De

A partir del que hem explicat (mobiliari, llum...) avalua quins punts favorables i desfavorables trobes al teu lloc d'estudi. Com pots millorar-ne els negatius ?

|  |  | COM HO PUC MILLORAR? |
|---|---|----------------------|
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |
| - | - | - |

Si a casa teva et resulta impossible trobar un ambient d'estudi adequat sempre pots cerca una alternativa: a casa d'un amic o amiga o en una **biblioteca**. A totes les barriades hi ha biblioteques municipals. Pots consultar-ne l'horari a la pàgina web de l'Ajuntament.