
	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	SA-FR-13
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Versión: 1
	MENSAJE A PADRES	Fecha: 13/02/14
		Página 1 de 2

DD	MM	AA
18	03	2020

Sección: José Ignacio de Márquez

# APRENDIZAJE AUTÓNOMO



	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	SA-FR-13
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Versión: 1
	MENSAJE A PADRES	Fecha: 13/02/14
		Página 2 de 2

### PASO 1: ¿QUÉ ES AUTONOMÍA?

Es la capacidad de realizar las cosas por tu propia cuenta, sin requerir ayuda y por tu propia iniciativa.

### PASO 2: Y ¿CÓMO LOGRO INSTAURAR LA AUTONOMÍA EN MÍ?

Esta capacidad la vienes trabajando a lo largo de tu vida, debes darle el crédito a tus padres que te han inculcado rutinas para convertirse en hábitos, lo cual te permite hacer las cosas por tu propia cuenta sin requerir ayuda y por tu propia iniciativa.

### PASO 3: Entonces, ¿QUÉ ES EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO?

Se le podría llamar autoaprendizaje, tu identificas: tus carencias, intereses y tus propósitos pones el mayor de los esfuerzos, lo haces por tus propios medios e iniciativa, siguiendo un plan de trabajo.

Así que a generar tu propio AUTOAPRENDIZAJE. Te sugeriré unas pautas para que ese autoaprendizaje cada día tenga mayor proactividad

## ALGUNAS PAUTAS PARA EL APRENDIZAJE

**AUTODISCIPLINA:** Establece una rutina de trabajo: en la jornada de la mañana y la tarde, recuerda que como adolescente te autorregulas. Planifica el estudio, el horario que establezcas debe ser equilibrado, periodos de 50 minutos y 10 de descanso.

**INDEPENDENCIA:** Debes organizarte de tal manera que eres el dueño de tu tiempo

**CONDICIONES PERSONALES:** Debes mantenerte bien hidratado, consumir alimentos ricos en energía, haber tenido las horas de sueño reparadoras, esto te ayudara a estar atento y concentrado.



**UTILIZACION DE ESTRATEGIAS Y TECNICAS DE ESTUDIO:** Las TICS, son una herramienta para trabajar tu auto aprendizaje, para tus repasos utiliza técnicas de estudio como: elaboración de mapas mentales resúmenes, esquemas, ensayos, toma de notas etc.

**CURIOSIDAD:** Trabaja el hábito de la lectura, utiliza libros digitales que te aporten en las consultas que tengas de cada asignatura.

**CONDICIONES AMBIENTALES:** El lugar de estudio debe tener buena iluminación, cuanto más silencioso sea el lugar será mejor, debe ser organizado es decir donde tengas todo lo necesario al alcance.