



Plan de Trabajo
















para niños

8 AÑOS EN ADELANTE

Organizo mi tiempo, aplico técnicas y logro mis metas. ★

¿CÓMO FUNCIONA?

- 📅 4 semanas
- 🗓️ 3 sesiones por semana
- 🕒 30-40 minutos por sesión
- ✅ Actividades prácticas para aplicar cada día

SEMANA	SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3
<p>1</p> <p>ORGANIZACIÓN</p>  <p>Organizo mi tiempo y mi espacio para estudiar mejor.</p>	<p>Creo mi calendario de estudio</p>  <p>Diseñamos un calendario semanal para organizar tareas y tiempos.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Organizo mi rincón de estudio</p>  <p>Ordenamos el espacio y preparamos los materiales que necesito.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Planifico mis tareas paso a paso</p>  <p>Aprendemos a dividir cualquier tarea en pasos para lograrla sin agobios.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>
<p>2</p> <p>TÉCNICAS DE ESTUDIO</p>  <p>Aprendo técnicas sencillas que me ayudan a comprender y recordar mejor.</p>	<p>Subrayado y uso de colores</p>  <p>Practicamos cómo subrayar las ideas principales y usar colores con sentido.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Hago un mapa mental</p>  <p>Creamos un mapa mental para organizar la información de un tema.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Resumen con mis propias palabras</p>  <p>Escribimos un resumen corto de lo que entendimos.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>
<p>3</p> <p>CONCENTRACIÓN</p>  <p>Entreno mi mente para concentrarme y retener la información.</p>	<p>Juego de memoria + respiración</p>  <p>Jugamos para estimular la memoria y practicamos respiración antes de estudiar.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Técnica Pomodoro infantil</p>  <p>Usamos la técnica Pomodoro (25 min de estudio + 5 min de pausa) para mejorar mi concentración.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Dinámica de repaso en grupo</p>  <p>Repasamos juntos con preguntas rápidas para reforzar lo aprendido.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>
<p>4</p> <p>AUTONOMÍA Y MOTIVACIÓN</p>  <p>Me conozco, celebro mis avances y sigo mejorando cada día.</p>	<p>Creo mi tablero de logros</p>  <p>Diseñamos un tablero para registrar mis logros y metas.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Autoevaluación sencilla</p>  <p>Reflexiono sobre lo que aprendí y en qué puedo mejorar.</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>	<p>Presento mis avances</p>  <p>Comparto mis avances con mi familia o grupo. ¡Celebramos lo logrado!</p> <p>★ ¡Lo logré! <input type="checkbox"/></p>

BENEFICIOS ESPERADOS

- ✓ Mejor administración del tiempo.
- ✓ Desarrollo de hábitos de estudio consistentes.
- ✓ Incremento de la concentración y la memoria.
- ✓ Mayor autonomía y seguridad al enfrentar tareas escolares.



MIS METAS

- ★ Meta 1: _____
- ★ Meta 2: _____
- ★ Meta 3: _____



"Pequeños hábitos hoy, grandes logros mañana."



RECUERDA

- 🕒 La constancia es más importante que la perfección.
- 🧠 Cada día aprendo algo nuevo.
- ★ Soy capaz de lograr mis metas.
- ❤️ ¡Creo en mí!

PARA TENER ÉXITO



Planifica tus tiempos.



Evita distracciones.



Usa técnicas que te funcionen.



Toma descansos activos e hidrátate.



¡Disfruta el proceso y celebra tus logros!