CAXA

ITESO, Universidad Jesuita de Guadalajara
Acompañamiento Académico

ACCIONES PARA EL ÉXITO ACADÉMICO

- [ ] Establece una rutina diaria de estudio: los mismos horarios todos los días (con sus respectivos descansos).
- [ ] **En caso de que no entiendas un tema, hazte responsable y buscar aclararlo con todos los medios que estén a tu alcance.**
- [ ] Asiste a todas tus clases y se puntual (presencial o virtual).
- [ ] **Si tu materia es de alta dificultad, es necesario que practiques al menos 2 horas por cada hora de clase.**
- [ ] Presenta todas tus tareas, con la mejor calidad y contenido.
- [ ] **Aliméntate sanamente y duerme las horas que te corresponden durante la noche.**
- [ ] Establece una rutina de ejercicio y actividad artística, para cultivar tu creatividad en la resolución de problemas y para tu manejo de estrés.
- [ ] **Organiza y divide tus lecturas y ejercicios, a modo de resumen y pasos.**
- [ ] Dale un nuevo sentido al estudio de tu materia, un motivo atractivo que te dé la energía suficiente, las ganas y emoción para estudiar (buscarle la otra cara).