

<b>dia/hora</b>	<b>lunes</b>	<b>martes</b>	<b>miércoles</b>	<b>jueves</b>	<b>viernes</b>	<b>sábado</b>
<b>7:00</b>						
<b>8:00</b>						
<b>9:00</b>						
<b>10:00</b>						
<b>11:00</b>						
<b>12:00</b>						
<b>13:00</b>						
<b>14:00</b>						
<b>15:00</b>						
<b>16:00</b>						
<b>17:00</b>						
<b>18:00</b>						
<b>19:00</b>						
<b>20:00</b>						
<b>21:00</b>						
<b>22:00</b>						
<b>23:00</b>						

Un horario ante todo ha de ser **flexible**

Lo primero que debes completar, son tus horas fijas de ocupación (clases, entrenamientos, trabajos...

No olvides tus horas fijas de **ocio**, estas no se ocuparán a no ser que sea estrictamente necesario. (Partidos con los amigos, cenas, cafés...)

Revisa tus asignaturas, de ellas sacarás mucha información. (Me piden trabajos semanales, sólo un trabajo final, tienen prácticas, tareas para casa...)

La información acerca de las asignaturas, la encontrarás en la **guía docente** de la PDU de cada una de ellas.

Una vez que las conozcas, podrás hacer una primera valoración del tiempo semanal que le dedicarás a cada una de ellas.

Ese tiempo dedicado **puede modificarse**, sobre la marcha, si no es adecuado.

El tiempo dedicado a cada asignatura, tiene que ser **realista**.

Se trata de que te **comprometas** contigo mismo, cuanto tiempo estás dispuesto a dedicar a cada una de ellas, de manera habitual.

Reparte las horas de estudio, en los huecos del horario, teniendo en cuenta las mejores horas de estudio para ti.

Esas horas pueden cambiarse de lugar si lo necesitas, pero tendrás que **reubicarlas** en otro hueco esa semana

No todos los días estás igual de concentrado, recuérdalo, para realizar cambios, **no pierdas el tiempo**.

Si necesitas ayuda con tus técnicas de estudio, en el **SOAP**, podemos ayudarte.