

10 Hàbits d'estudi

Guia per a l'estudi



Tingues present el teu objectiu!



Estigues atent a classe



Crea un pla d'estudi i un horari



Estudia en un espai adequat



Utilitza tècniques d'estudi



Descansa



Cuida la teva alimentació i fes exercici



Evita distraccions



Adapta l'estudi segons el tipus d'examen



Demana ajuda a professionals

