

Tema 1: *Hago mi trabajo ahora, sin que me lo recuerden.*

I. Introducción del profesor

Algunos han visto en el trabajo una especie de maldición de Dios, al entender mal las palabras de la Sagrada Escritura: “ganarás el pan con el sudor de tu frente” (Gen 3,17). Esas palabras lo que significan es que, a partir del pecado original, el hombre ha de poner esfuerzo para trabajar y se fatiga al hacerlo, pero no que el trabajo sea algo malo: al contrario.

Dios puso al hombre en la tierra para que la trabajara, perfeccionando, completando, la obra creadora con su trabajo.

Por tanto, el trabajo se convierte en un medio para que el hombre se pueda realizar como hombre, para que gane su sustento y el de su familia, para que sirva a los demás y para acercarse a Dios. Por eso el esfuerzo que el hombre pone para trabajar es muy agradable a Jesús, que nos dio ejemplo: pasó la mayor parte de su vida trabajando en el taller de José; realizando un trabajo bien hecho, ofrecido a su Padre Dios, con valor redentor.

Sin embargo, hay hombres que trabajan sin ilusión y sin interés. Para muchos el trabajo es algo que no tiene un sentido tan profundo, que cansa, una carga que es preciso soportar.

II. Actividad

1. Instrucciones:

Se distribuye la historia “¡Yo no renuncio!” (**Anexo 1**). Se analiza en grupo el texto y se señala cuáles son las enseñanzas que deja respecto al los valores que implica el trabajo y qué virtudes se requieren para tener éxito.

Tema 2: *Termino las cosas dentro de los plazos.*

I. Introducción del profesor

¿Qué significa colocar las últimas piedras? Lo contrario del trabajo mediocre y a medias: terminar las cosas hasta en sus menores detalles, con perfección.

Poner las últimas piedras es llegar hasta el final, terminar las cosas sin dar nada por resuelto antes de tiempo.

II. Actividad

Lectura de una noticia en la cual se alcanzó el éxito porque se cuidaron los detalles hasta el final. Discutir con los alumnos.

III. Orientaciones para el profesor

Conviene explicar con algún ejemplo cercano a los alumnos cómo en muchas ocasiones se inaugura una obra que no esté totalmente terminada: a la autopista le falta un trozo de cemento; o no se terminó de amueblar completamente el edificio; o falta por concluir buena parte del piso de una casa.

De poco servirá el esfuerzo de muchos meses si, al final, todo concluye en un trabajo a medias y no se terminan bien los detalles.

Tema 3: *Sigo un horario o plan de trabajo para cada día.*

I. Introducción del profesor

Planificar y organizar el tiempo de estudio permite rendir al máximo y ayuda a conseguir un hábito de trabajo sistemático y eficaz.

II. Actividad

Contestar individualmente las preguntas del cuestionario “Conocimiento de los hábitos de estudio” (**Anexo 2**). A continuación, durante el diálogo, el profesor procurará destacar los puntos más relevantes.

III. Orientaciones para el profesor

- a) Sugerir a las familias que lean el libro *Retorno al Sentido Común* de Diego Ibañez Langlois.
- b) Comentar, con el profesor jefe, el resultado del test, para que les oriente y les ayude mejorar.
- c) Indicar a los alumnos que confeccionen una ficha personal como la siguiente:

Mi trabajo diario:

He de tener en cuenta:

- El horario de clases del día siguiente.
- Libros, apuntes y material necesario.
- Agenda que indique los trabajos encomendados.
- La distribución del tiempo de trabajo:
 - 1º: estudiar los temas;
 - 2º: hacer los ejercicios.

Posible distribución del tiempo:

- 1º: 30-45 minutos, asignaturas más fáciles o que más me gusten;
- 2º: Descanso, 5 minutos justos;
- 3º: 30-45 minutos, estudio de las materias más difíciles;
- 4º: Descanso, 5-10 minutos;
- 5º: 30-45 minutos, ejercicios prácticos.

Procuro:

- Estudiar alejado de los ruidos, en una mesa grande.
- Evitar posturas excesivamente cómodas.
- Tener una buena iluminación, con luz por la izquierda para los derechos y por la derecha para los zurdos.
- Tener todo el material necesario a mano, antes de empezar.

Tema 4: *Tengo todo a mano para trabajar y pregunto las dudas*

I. Introducción del profesor

El mayor enemigo de nuestro tiempo de estudio es el tiempo lleno de nada. Si pensamos un poco en lo que hicimos ayer tarde o durante el último fin de semana, puede que enseguida nos demos cuenta de que son muy pocas cosas para tantas horas. Si aprendemos a aprovechar de verdad el tiempo, podremos realizar muchas más cosas.

II. Actividad

El profesor distribuye a los alumnos el texto “El hombre del tiempo”. Lo leen en silencio. Trabajo en grupos con el método Philips 6-6 (seis alumnos trabajan sobre una cuestión, durante seis minutos). Suele dar buen resultado que muevan sólo las sillas y se agrupen los más próximos en la clase. Contestarán a la siguiente cuestión: “Ideas para aprovechar mejor el tiempo en la casa”.

Transcurrido el tiempo (puede ser conveniente dejar unos minutos más) los portavoces leen las conclusiones del grupo. El profesor las anota en el pizarrón y hace una síntesis final.

Comenta con tu profesor jefe lo que debes tener para realizar un buen estudio. Posteriormente responderás las siguientes preguntas:

- a) ¿Pregunto las dudas cuando no entiendo? ¿A quién le pregunto las dudas? ¿En que asignatura tengo mayores dudas?
- b) ¿Me canso cuando estudio? ¿Lo paso bien? ¿Por qué me cuesta estudiar?
- c) ¿Qué diferencia motivacional noto entre el deporte y el estudio?
- d) ¿Qué motivaciones puedes aplicar a tus estudios que vengan de otras disciplinas? (deporte, ciencias, matemáticas, trabajo etc.). Convérsalo con tu profesor

Describimos cómo sería un buen método de estudio para aumentar la eficacia de nuestro trabajo.

Se revisan las mejoras en los cinco puntos y se escogen tres más.

III. Orientaciones para el profesor

Un buen modo de completar la sesión es dejar unos minutos para que cada alumno se haga un horario de trabajo y señale cuáles son los principales enemigos de su aprovechamiento del tiempo.

Anexo 1

¡Yo no renuncio!

Cómo explotar al máximo nuestras facultades.

Cyrus W. Field era un comerciante de Nueva York muy rico y trabajador, que no estaba dispuesto a llevar una vida inútil. Se ilusionó con la idea de sumergir en el Atlántico un cable submarino que uniera América con Inglaterra. A la mayoría de sus compatriotas les parecía un plan tan irrealizable que le declararon loco.

Pero Cyrus anunció su proyecto a todo el mundo: -“Voy a colocar un cable de telégrafos en el Atlántico”. Y se dispuso a hacerlo. En agosto de 1857 zarpan los buques de Field, con su “serpiente de mar” negra, que pretendía llegar a los 4.000 km. de longitud. A una distancia de 600 Km. de la costa se rompió el cable y desapareció en el agua. Cyrus Field no se echó atrás: ¿Desistir? ¡De ninguna manera! Al llegar la primavera de 1858, embarca Field por segunda vez, y de nuevo, cuando llevaban 300 Km., se rompió el cable y se perdió. Por tercera vez, en el otoño siguiente, fleta otros dos buques. En esta ocasión lograrían unir por cable telegráfico Irlanda con Terranova, aunque solo por dos días, porque el cable se rompió a continuación.

-“¡Aunque esto me lleve veinte años, lo haré!”, exclama Field. En 1865 embarca de nuevo en el buque Great Eastern, pero de nuevo fracasa. -“¡No, no me resignaré!, declara al volver a tierra. Y efectivamente, un año después zarpa de nuevo en el Great Eastern. Por fin a las pocas semanas, el cable intercontinental quedó tendido definitivamente y funcionó la primera comunicación telegráfica entre Europa y América.

También el ingeniero inglés Georges Stephenson tuvo que enfrentarse a la incompreensión de sus contemporáneos: cuando propuso construir una línea de ferrocarril entre Manchester y Liverpool, en 1829, hasta intentó disuadirle una comisión del Parlamento británico.

El mayor obstáculo era atravesar el llamado “pantano de los gatos”: a los parlamentarios les parecía imposible colocar una línea férrea sobre un terreno pantanoso e intentaron disuadir al ingeniero, hablándole horas y horas. Pero no consiguieron que Stephenson desistiera de “cavar un poco más” hasta encontrar terreno firme. Luego, echó tierra y piedras, las compactó y sobre esa sólida base colocó los rieles: el 15 de septiembre de 1825 circuló el primer tren. En uno y otro caso, los expertos, los parlamentarios, la opinión pública, decían que era imposible. Pero Cyrus Field logró tender el cable entre los dos continentes, y Stephenson consiguió que el tren circulara sobre un terreno pantanoso.

Esa palabra “imposible” ha paralizado muchos esfuerzos y ha causado daños irreparables cuando no se ha sabido reaccionar y perseverar hasta superar los obstáculos, haciendo posible lo que “parecía” imposible.

Anexo 2

Conocimiento de los hábitos de estudio.

Lee atentamente el enunciado de cada pregunta y señala con un círculo la respuesta que mejor exprese tus hábitos de estudio.

1) Cuando empiezas a estudiar, ¿te concentras fácilmente?	SI	NO
2) ¿Comienzas a estudiar todos los días a la misma hora?	SI	NO
3) ¿Estudias en un sitio tranquilo, sin ruidos?	SI	NO
4) ¿Preparas antes de estudiar todo lo que vas a necesitar para evitar levantarte varias veces?	SI	NO
5) ¿Dedicas al estudio un tiempo fijo cada día?	SI	NO
6) Cuando estudias, ¿te fijas un tiempo para cada tarea o materia?	SI	NO
7) ¿Cumples el horario previsto?	SI	NO
8) ¿Utilizas el diccionario?	SI	NO
9) ¿Lees primero la lección antes de estudiarla?	SI	NO
10) ¿Subrayas las ideas más importantes?	SI	NO
11) ¿Realizas resúmenes de los temas que estudias?	SI	NO
12) ¿Realizas esquemas de los temas que estudias?	SI	NO
13) ¿Repasas la lección una vez aprendida?	SI	NO
14) ¿Cuidas la presentación en tus trabajos y exámenes?	SI	NO
15) ¿Preparas los exámenes con suficiente antelación?	SI	NO

Anexo 3

El hombre del tiempo

Roberto afirmó muy serio: “no exagero: he leído el Quijote completo mientras me afeitaba por las mañanas durante tres años. El tiempo es oro”. La carcajada se oyó en la China. “¡Te pasaste, Roberto!”

La cosa no es tan complicada: aprovechar el tiempo no es hacer piruetas extrañas; ni ir pisoteando a la gente con mirada de “ejecutivo-urgido”; no es acelerarse y perder la paciencia, las maneras y la cabeza. Aprovechar el tiempo es hacer lo que hay que hacer en cada momento con intensidad, con alegría, sabiendo que un día tiene 24 horas de 60 inexorables minutos, y no hay que ponerse nervioso.

Aprovechar el tiempo es superar el “síndrome de bloqueo”: “Esta tarde tengo que cortarme el pelo, no puedo ayudarte, Mario”; “oh, ¡lo siento! tengo un examen, no puedo echarte una mano”; “he quedado con mi madre para comprarme unos pantalones: estoy apurado de tiempo; perdona Mario”; “a las doce tengo un partido y ¡hay que mentalizarse antes!”; “esta lámina me llevará dos horas, no cuentes conmigo esta tarde”... A este paso, Mario nunca contará contigo. Todo esto, más que bloqueo es comodidad: excusas con el supuesto esfuerzo propio para evitar el esfuerzo por los demás. Una tarde da para mucho ¡no seas egoísta!

Aprovechar el tiempo es vencer el “síndrome de altiro”. ¿Cuánto tardas en comer?, ¿más de 20 minutos?; ¿cuánto tardas en ordenar tu cuarto?, ¿cuánto en ponerte a estudiar?, ¿cuánto tardas en levantarte, en asearte, en salir de casa, en dar un recado...? ¿Cuánto tardas en vestirme, “desgasta-espejos”? No se trata de ir en plan de “corre caminos” todo el día, pero hay que meterle un poco de ritmo a la vida para no ir como los gansos, que andan como si estuvieran pisando huevos.

Aprovechar el tiempo es dominar el “síndrome del Capitán Trueno”. Comienzas a estudiar matemáticas, y terminas luchando con los Sioux; en plena clase de historia, vences al “Chino Ríos”; te metes en la cama y, de chilena, le encajas un gol a Brasil... La imaginación es algo muy bueno, pero si se dispara, es peor que una bomba nuclear descontrolada.

Aprovechar el tiempo es superar el “síndrome de la Gallina Felisa”. Enciendo la tele, me pongo a ¿estudiar?; leo una novela, visito la cocina, llamo a un amigo, me lavo las manos, sigo ¿estudiando?; investigo en la nevera, me doy una vuelta, arreglo el armario... picoteo, picoteo, pero no hago nada concreto y estable.

Aprovechar el tiempo es dominar el “síndrome del letargo”: te camuflas con el sillón y vegetas oyendo música, dejando la imaginación suelta, leyendo una revista de comics o simplemente desparramado, “descansando”. Algo muy propio de las focas, pero no de un ser humano.

Aprovechar el tiempo es triunfar sobre el síndrome del “mejor para mañana”, el engaño perfecto para no hacer nada ni hoy, ni mañana.

Aprovechar el tiempo es superar el “síndrome del elefante en una cristalería”: el que todo lo que empieza, lo arrasa, lo termina mal.

Aprovechar el tiempo es darse cuenta que la tarde es larga: entre las 5 y las 10 hay ¡cinco horas!, que dan para mucho: comer, estudiar, ayudar en casa, repasar, leer un libro, explicar ciencias a los hermanos, salir con los vecinos, hacer un arreglo, sacar el perro y hacer una compra. Aprovechar el tiempo es salir de tu mundillo, vivir con intensidad las cosas que haces, porque los demás (los famosísimos “demás”) bien merecen tu tiempo. El egoísta nunca lo entenderá; tú sí lo entiendes, ¿verdad?