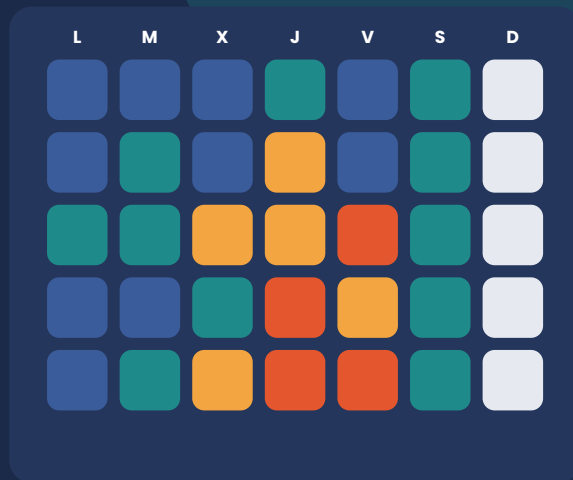


Planning de estudio para oposiciones de educación

Un ejemplo real de planning semanal, el mapa de 36 semanas y una plantilla para rellenar.



Antes de empezar: los 4 pilares de un buen planning

Si te falta una pieza, el plan se cae en el primer mes. Sin planning, el temario te estudia a ti.

01

Horas reales

Resta trabajo, familia y trayectos. Lo que queda es tu tiempo de estudio de verdad.

02

Vueltas al temario

Como mínimo dos: una para aprender y otra para repasar y fijar lo aprendido.

03

Práctica fija

Supuestos, programación y unidad didáctica desde la semana 1, no al final.

04

Simulacro semanal

Estudiar no es rendir. Un examen cronometrado cada semana te dice dónde fallas.

Cómo usar este planning

1

Elige tu perfil

Dedicación completa (pág. 3) o si trabajas (pág. 4).

2

Ajústalo a tu vida

Copia el ejemplo en tu plantilla semanal (pág. 5).

3

Revísalo cada domingo

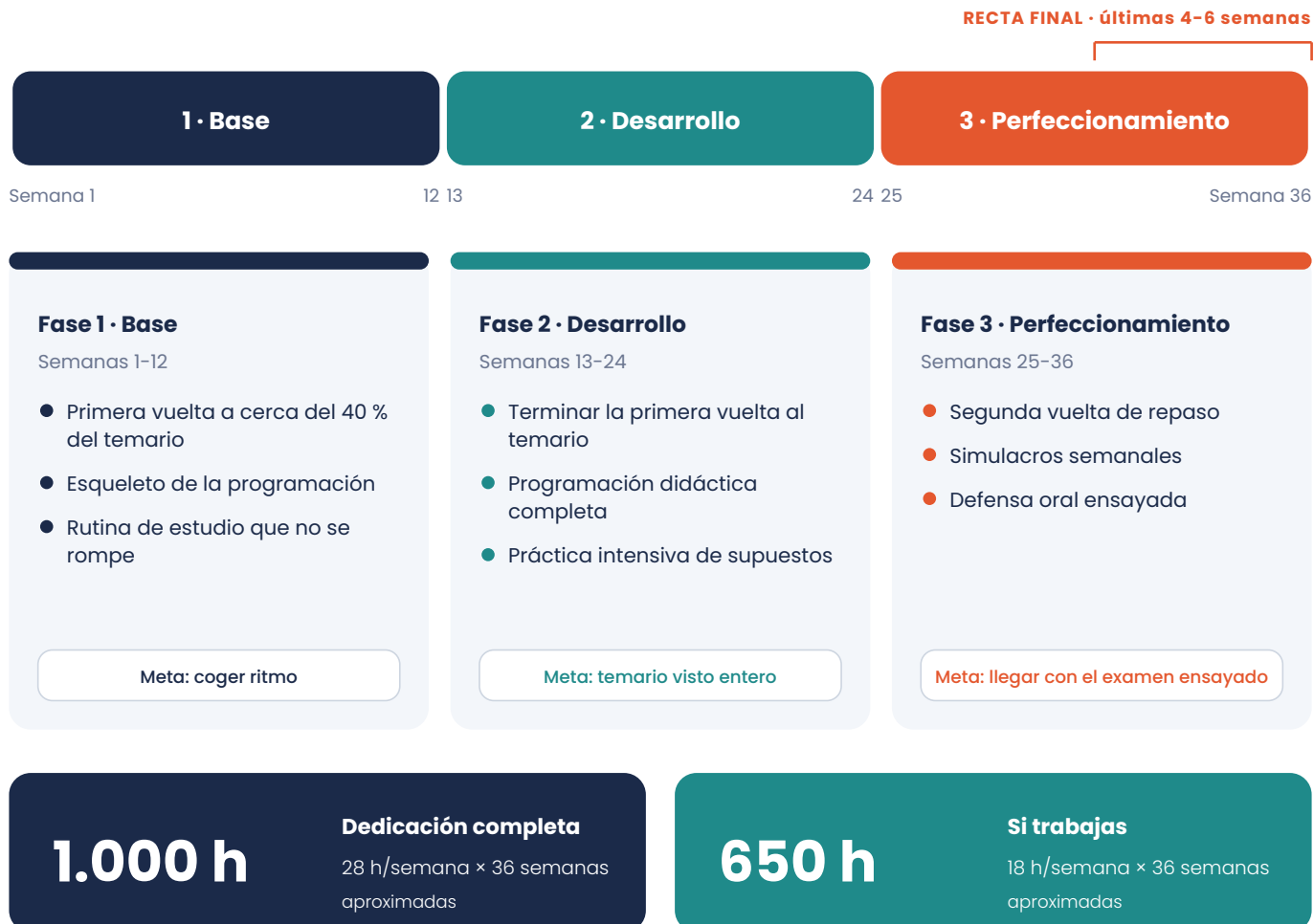
20 minutos para ver qué cumpliste y qué cambia (pág. 6).

Como el Camino de Santiago: unas oposiciones no se aprueban de golpe, se hacen etapa a etapa.

VISIÓN GENERAL

Tu mapa de 36 semanas

Esquema para una preparación de 9 meses con dedicación completa. Si trabajas, alarga cada fase unas semanas.



¿Cuántas vueltas al temario te caben?

TIEMPO HASTA EL EXAMEN	VUELTAS	CÓMO REPARTIRLAS
6 meses	2 vueltas	Una para aprender y otra rápida de repaso, con simulacros desde el principio.
9 meses	2 completas	Aprender, repasar y reservar el último tramo para simulacros.
12 meses o más	3 vueltas	Aprender, consolidar y memorizar, con práctica fija cada semana.

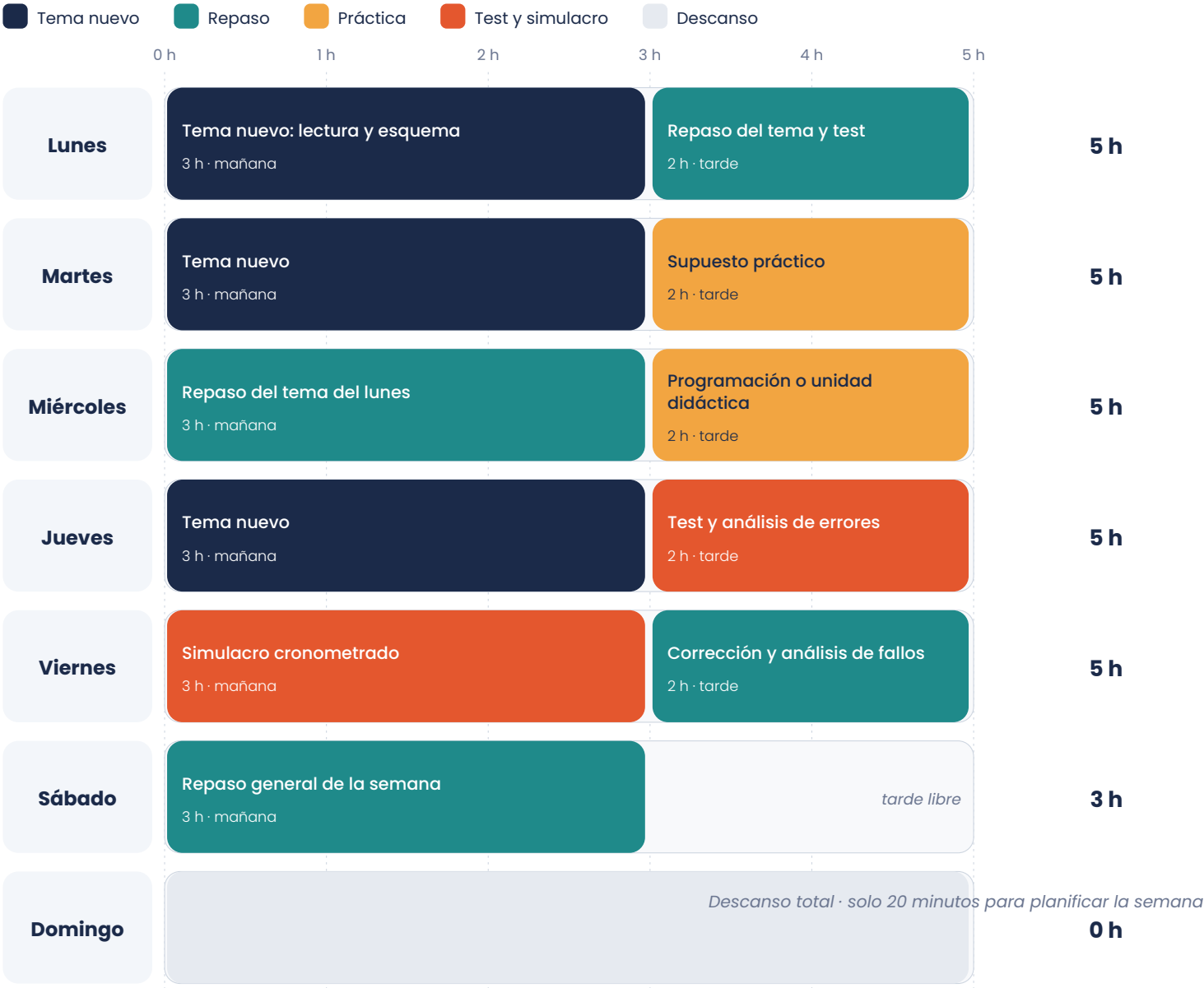
Hazlo al revés: parte de la fecha del examen



PERFIL 1 · DEDICACIÓN COMPLETA

Semana tipo: unas 28 horas

Cinco bloques de estudio de lunes a viernes, repaso el sábado y descanso real el domingo.



Reglas de oro

Tema nuevo por la mañana
Es cuando estás más fresco/a. Deja el repaso y la práctica para la tarde.

Pausa cada 50-60 minutos
Diez minutos de descanso. También sirve el Pomodoro (25 + 5).

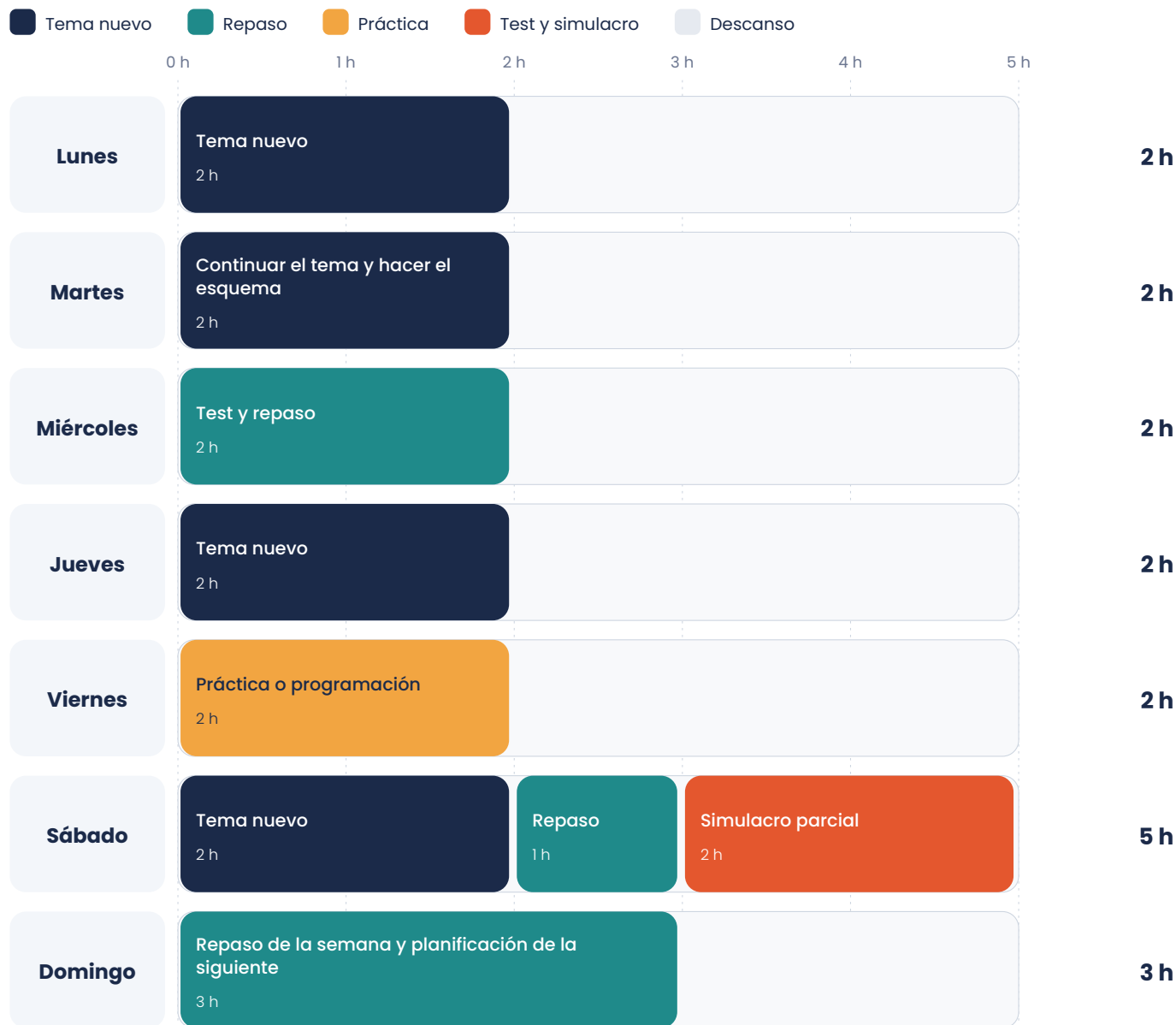
Un día entero sin estudiar
Un día de desconexión rinde más que sumar otras tres horas.

Simulacro cada viernes
En condiciones reales y cronometrado. Después, corrige los fallos.

PERFIL 2 · SI TRABAJAS

Semana tipo: unas 18 horas

Bloques cortos y constantes entre semana, y el fin de semana para estudio largo y simulacros.



Adáptalo a tu caso

Trabajas a jornada completa

Baja a 2-3 horas entre semana y concentra el estudio largo en el fin de semana. Repasa esquemas en los trayectos.

Tienes familia

Negocia las franjas con ellos y busca un hueco fijo. Mejor 90 minutos que se cumplen que tres horas que nunca llegan.

Es tu primera oposición

Añade unas semanas extra a cada fase: al principio vas más lento porque aún no conoces el formato de las pruebas.

PLANTILLA

Tu plantilla semanal

NOMBRE

ESPECIALIDAD

FECHA DEL EXAMEN

SEMANA Nº

HORAS REALES DISPONIBLES

OBJETIVO PRINCIPAL DE LA SEMANA

Tema nuevo

Repaso

Práctica

Test y simulacro

Descanso

o a cada 15 días

su letra: N nuevo · R repaso · P práctica · T test

DÍA	MAÑANA	TARDE	NOCHE	HORAS
Lunes				
Martes				
Miércoles				
Jueves				
Viernes				
Sábado				
Domingo				

Objetivos de la semana

Cuentas claras

Horas planificadas

Colchón de imprevistos (15-20 %)

Horas realmente estudiadas

Nota del simulacro

Planifica menos horas de las que crees que tienes. El primer imprevisto siempre

SEGUIMIENTO

Revisa y ajusta cada domingo

Revisión del domingo · 20 minutos

- ☐ ¿He cumplido los bloques de la semana?
- ☐ ¿Qué tema se ha quedado atrás y cuándo lo recupero?
- ☐ ¿He hecho el simulacro y corregido mis fallos?
- ☐ ¿He practicado supuestos y programación?
- ☐ ¿He descansado un día completo?

Seguimiento de la Fase 1 (semanas 1-12)

SEM.	TEMAS VISTOS	SIMULACRO (NOTA)	PRÁCTICA	REPASO	NOTAS
1			☐	☐	
2			☐	☐	
3			☐	☐	
4			☐	☐	
5			☐	☐	
6			☐	☐	
7			☐	☐	
8			☐	☐	
9			☐	☐	
10			☐	☐	
11			☐	☐	
12			☐	☐	

4 errores que rompen un planning

- ✗ **Llenar el calendario al 100 %**
Sin colchón, el primer imprevisto lo rompe todo.
- ✗ **Dejar la práctica para el final**
La programación y los supuestos se entrenan desde el principio.
- ✗ **No hacer simulacros**
Estudiar no es lo mismo que rendir cronometrado.
- ✗ **No revisar el plan**
Si no lo ajustas, a las seis semanas ya no encaja con tu realidad.

¿Lo ajustamos a tu especialidad?

Un preparador te ayuda a adaptar el planning a tu convocatoria, tu ritmo y tu tiempo real.

Pide información

info@preparadoresoposiciones.com

651 191 083 · Rúa Xeneral Pardiñas, 22-24, Santiago

preparadoresoposiciones.com