GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

5 consejos para estudiar oposiciones en verano

Actualidad Empresarial | 04/07/2022 | 00:00

La Administración General del Estado ha convocado para el año 2022 la mayor oferta de empleo público en toda su historia con un total de 44.787 plazas. Estas plazas, distribuidas en distintas Administraciones, incluyen plazas nuevo ingreso y de promoción interna, tal y como recoge el Real Decreto 407/2022.

La obligación de convocar los procesos selectivos antes del 31 de diciembre de 2022, que deben finalizarse antes del 31 de diciembre de 2024, ha provocado un repunte en el número de personas que sueñan con alcanzar un puesto de empleo fijo en la administración pública.

Según los expertos, para tener éxito y obtener la ansiada plaza es importante seguir una metodología y planificación del estudio. En este sentido, Úrsula Campos, mentora de opositores y autora del libro Hay una plaza para ti, reconoce que una oposición es mucho más que estudiar y requiere otras herramientas, habilidades y estrategias. Es un proceso que va a poner a prueba a las personas.

El verano es un momento muy bueno para dar un impulso a la preparación

Las convocatorias y exámenes están a la vuelta de la esquina y el verano es un buen momento para ganar tiempo. Estos son los 5 consejos que Campos propone para aprovechar el verano y dar el impulso definitivo a la preparación de las oposiciones

Limpiar y renovar el escritorio

El lugar de estudio es importante, por lo que hay que mantenerlo limpio, ordenado y en la medida de lo posible, que resulte agradable y bonito. Colocar a la vista frases inspiradoras pueden motivar a la persona a seguir estudiando en los momentos difíciles. Es fundamental también, mantener una temperatura confortable y, si es necesario, estudiar en otra zona de la casa distinta donde uno se sienta mejor.

Establecer rutinas y hábitos que ayuden

Las rutinas son importantes en la vida del opositor. En verano, una buena opción es levantarse antes y aprovechar las primeras horas del día para estudiar cuando la casa está en silencio y el sol todavía no ha salido. Hay que establecer bloques de estudio que incluyan descansos activos para despejar mente y cuerpo. Antes de ponerse a estudiar hay que preparar todo lo que se

necesita y evitar las distracciones. Úrsula Campos insiste que el móvil es la principal fuente externa de distracciones y que es importante mantenerlo alejado si se quiere mejorar la concentración.

Planificar el estudio con antelación

La planificación es imprescindible para avanzar en el temario. Para que sea un verano productivo, es importante determinar qué temas se van a estudiar y repasar a lo largo de las semanas. Planificar el estudio teniendo en cuenta la curva del olvido es fundamental para ser productivo, remarca Campos.

Disfrutar del tiempo libre

Estudiar una oposición no significa que no se pueda disfrutar de tiempo libre. Una vez que se han cumplido los objetivos de estudio, también hay que descansar, insiste Campos. A veces, hay personas que se queman de tanto estudiar y es importante evitar esta situación. Lo importante es que se exprime al máximo el tiempo libre y realices actividades para desconectar.

Evitar comparaciones

A veces, resulta inevitable compararse con otros opositores. Hay que recordar que cada persona tiene su propio ritmo y sus circunstancias y las comparaciones suelen ser perjudiciales. Estas puede afectar más de lo que se piensa en la concentración.

Conseguir una plaza fija en la Administración pública no es tarea fácil, pero con la ayuda de expertos en el área como Úrsula Campos se facilita el camino de preparación para lograrlo. Su propia experiencia ha sido la base para desarrollar el Programa de Alto Rendimiento para Opositores donde acompaña a las personas a prepararse de la mejor manera para opositar. Además, actualmente, se dedica a compartir consejos en las Redes Sociales, a través de un blog personal localizado en su sitio web y mediante e-mails semanales a los suscriptores.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/178537-5-consejos-para-estudiar-oposiciones-en-verano.htm