

Cómo cumplir mis metas Tec: consejos de una estudiante



Cada inicio de semestre te propones aprovechar al máximo las herramientas que te brinda el tec, sin embargo, con el paso de los días y las ocupaciones se va haciendo difícil ser constante. ¡No te preocupes! te daré algunos tips.

1.- Vencer al Toelf

Si llevas una eternidad en remediales, comprendes la frustración de sentir que no avanzas mientras que la necesidad de entenderlo se hace más fuerte pues comienzas a llevar materias en inglés, te dejan lecturas obligatorias en ese idioma, tienes que sacar el puntaje mínimo para graduarte o irte de intercambio.

Si lo que quieres es mejorar tu redacción del idioma te recomiendo descargar la aplicación [HelloTalk](#) donde puedes tener conversaciones con personas de diferentes países en el idioma y así soltarte y perder el miedo.

Si buscas es aumentar tu puntaje de toel existen plataformas para prepararte, te recomiendo el curso [Toelf](#) en la plataforma Coursera que puedes cursar de forma gratuita.

Lo que yo hice en varios de mis semestres es buscar personas de mi campus con un buen nivel de Inglés y reunirme con ellos para practicar. Leer mucho en Inglés y ver series en el idioma, usa tu tiempo libre para familiarizarte con el idioma.

2.- Terminar servicio social

Si aún te faltan horas y no sabes cómo terminarlas, ni en qué momento de tu ocupada vida vas a hacerlo. Utiliza tus veranos para adelantar servicio social, generalmente se abren proyectos que puedes hacer incluso en línea, como **Prepanet**, por lo que podrás hacer tu servicio mientras vuelves a tu casa si eres foráneo, o mientras descansas o trabajas en vacaciones.

También puedes utilizar los proyectos de servicio social para conocer otros campus, si tienes pensado desde hace mucho ir , es la oportunidad para hacerlo y obtener un beneficio. Conocer personas, un lugar nuevo y descubrir **proyectos de servicio social afines a tu carrera o intereses personales**.

3.- Hacer ejercicio

Si te propusiste inscribir un deporte o ahora sí ir al gym, pero eres de los que va una semana y después **no te vuelve a ver el entrenador**, es porque puedes estar poniendote expectativas imposibles de cumplir. Este semestre inicia por **ser consicente de tus prioridades**, hacer ejercicio es muy importante, hazle un espacio pero no te agotes, elige días estrategicos conforme a tu horario y considerando espacios destinados para hacer trabajos y proyectos.

Si te aburres con facilidad, **inscribe deportes diferentes** para que no sea esa una razón para abandonarlo, puedes combinar estilos, gym, natación, yoga, baile, arma tu propio paquete de ejercicio que sea saludable y que te aporte en todos los sentidos, físico, emocional y mental.

Pero si no quieres inscribir ninguna actividad, encuentra personas que también quieran ejercitarse y sal a correr con ellos en el campus, aprovecha las áreas verdes para conectarte con el ambiente y las personas.

4.- Ahora sí aprovechar al máximo tus clases y profesores

Si al finalizar cada semestre **sientes que pudiste haber aprovechado más la materia de tener tiempo**, estas recomendaciones pueden ayudarte:

Comienza teniendo un **objetivo fijo de lo que quieres de la materia y haz que tu profesor la sepa**, haz que tus clases se ajusten a tus intereses personales, así las sesiones serán más ricas en contenido y te darán enfoque.

Por ejemplo si vas a llevar una materia de emprendimiento, pero a ti te interesa la tecnología, observala desde ese enfoque y con tus trabajos, dudas, aportaciones, e investigación personal, ve haciendo de la clase algo que aporte a tu construcción profesional y de pensamiento.

Esto te hará sentir motivado y atento en las clases y concluir con una visión más clara de lo que quieres.

También puedes proponerte proyectos personales por materia, como finalizar con un ensayo, publicar post constantes sobre lo que te evoca la materia, aplicar tus conocimientos en una idea.

¡Ahora lo tienes!

No te preocupes y mejor **comienza a hacer** pero teniendo una visión clara del ¿por qué? y ¿para qué?