

Semana a semana hasta la PAU

Tu plan de entrenamiento de octubre a junio. Un examen, una corrección, unas estadísticas y una decisión. Treinta y seis semanas seguidas.

LOS 3 TIPOS DE EXAMEN

- POR TEMA** Para aprender y cerrar lagunas
Es tu examen base de octubre a marzo: un solo bloque, corregido y reforzado.
- MEZCLA** Para aprender a reconocer
Varios temas juntos y sin decirte de qué van. Es lo que de verdad pide la PAU.
- GLOBAL PAU** Para entrenar el examen real
Prueba completa de 90 minutos. **Solo a partir de abril:** antes no has dado todo el temario y la nota no te diría nada.

TU RUTINA DE CADA SEMANA

- 1 **Genera** el examen que te toca según este calendario.
- 2 **Hazlo** cronometrado, sin apuntes y de una sentada.
- 3 **Corrígelo** con EvaluaMath: informe con tus errores evaluables, la solución paso a paso y ejercicios de refuerzo.
- 4 **Rehaz el refuerzo** del informe antes de 48 horas. Aquí es donde se aprende.
- 5 **Mira tus estadísticas** y deja decidido el examen de la semana siguiente.

TU PLAN

Avanzado
7 generaciones al mes
1-2 exámenes por semana. Es exactamente el ritmo de este calendario: si lo cumples, no te falta nada.

Pro
15 generaciones al mes
Todo lo anterior más **Global PAU** según tus estadísticas, que ataca justo tus patrones de error. Disponible desde abril, cuando se abren los globales.

MES Y OBJETIVO

Octubre

ARRANQUE

Tener tu primera foto real de estadísticas.

7 generaciones

Noviembre

CONSTRUCCIÓN

Ningún tema en rojo en tus estadísticas.

7 generaciones

Diciembre

CIERRE DE TRIMESTRE

Llegar a Navidad sin bloques en rojo.

7 generaciones

Enero

INTEGRACIÓN

Reconocer el ejercicio sin que te digan de qué va.

7 generaciones

Febrero

INTEGRACIÓN

Bajar tu tasa de errores que se repiten.

7 generaciones

Marzo

PREPARACIÓN

Cerrar temario y dominar la mezcla amplia.

7 generaciones

Abril

SE ABREN LOS GLOBALES

Completar un examen entero en 90 minutos.

7 generaciones

Mayo

ESTABILIZACIÓN

Que tu nota no dependa del examen que toque.

7 generaciones

Junio

AFINADO

Llegar descansado y con la rutina cerrada.

2-3 generaciones

SEMANA 1

SEMANA 1

POR TEMA - 2

El tema que estás dando en clase. Genera, hazlo en 45 min y corrige el mismo día.

SEMANA 2

SEMANA 2

POR TEMA - 2

Repite ese tema con enunciados nuevos y abre el siguiente. Compara las dos notas.

SEMANA 3

SEMANA 3

POR TEMA - 2

Tema nuevo. Antes de generarlo, rehaz el refuerzo del informe anterior.

SEMANA 4

SEMANA 4

MEZCLA 2 TEMAS - 1

Los dos primeros temas juntos y sin etiqueta. Aquí empieza lo importante.

SI TIENES PRO

Repite **cada tema una segunda vez** y añade mezclas dirigidas a tus fallos.

SEMANA 5

POR TEMA - 2

Tema nuevo más una repetición del tema con peor estadística.

SEMANA 6

MEZCLA 2 TEMAS - 2

Mezcla lo de esta semana con lo que diste en octubre.

SEMANA 7

POR TEMA - 2

Tema nuevo. El refuerzo del informe, obligatorio antes de seguir.

SEMANA 8

MEZCLA 2 TEMAS - 1

Mira las estadísticas: el tema más flojo entra en la mezcla si o sí.

Dobla las **mezclas de dos temas**: es lo que más te va a rentar este mes.

SEMANA 9

POR TEMA - 2

Tema nuevo y el que peor llevas de todo el trimestre.

SEMANA 10

MEZCLA 2-3 TEMAS - 2

Ensayo con esto el examen de tu instituto: es exactamente la misma tarea.

SEMANA 11

POR TEMA - 1

Solo tu bloque rojo. Nada más. Repite hasta que cambie de color.

SEM. 12 - VACACIONES

MEZCLA - 2

Dos exámenes cortos en todas las vacaciones. Ni uno más: descansar entrena.

Un examen extra **por cada bloque en ámbar** antes de cerrar el trimestre.

SEMANA 13

MEZCLA 3 TEMAS - 2

Vuelta de vacaciones: mide sin miedo qué se te ha enfriado.

SEMANA 14

POR TEMA - 2

Repara los dos temas que más bajaron respecto a diciembre.

SEMANA 15

MEZCLA 3 TEMAS - 2

Cronometrada: 60 minutos y paras, aunque no la hayas terminado.

SEMANA 16

POR TEMA - 1

Primer tema nuevo del segundo trimestre, recién dado en clase.

Mezclas **dirigidas a tus tres temas** con peor estadística del primer trimestre.

SEMANA 17

POR TEMA - 2

Tema nuevo y el error que llevas repitiendo desde noviembre.

SEMANA 18

MEZCLA 3-4 TEMAS - 2

Ya nadie te avisa de qué va cada ejercicio: la técnica la eliges tú.

SEMANA 19

POR TEMA - 2

Tema nuevo más el refuerzo completo del informe de la semana 18.

SEMANA 20

MEZCLA 3-4 TEMAS - 1

Revisión de estadísticas del trimestre: decide dónde va tu tiempo en marzo.

Un examen extra por semana **centrado en tu error recurrente**, no en el temario.

SEMANA 21

MEZCLA AMPLIA - 2

Casi todos los bloques en el mismo examen. Ensayo previo al global.

SEMANA 22

POR TEMA - 2

Solo rojos y ámbar. Lo que ya está en verde no necesita tu tiempo.

SEMANA 23

MEZCLA AMPLIA - 2

Cronometrada y sin apuntes. Ensayo general antes de abrir los globales.

SEMANA 24

POR TEMA - 1

El último tema pendiente del temario. A partir de aquí, todo entra.

Mezclas amplias extra para llegar a abril con **el formato ya rodado**.

SEMANA 25

GLOBAL - 1 + DIRIGIDO - 1

Tu primer global PAU: 90 min, sin apuntes, de una sentada. Apunta la nota.

SEMANA 26

GLOBAL - 1 + DIRIGIDO - 1

Segundo global. El dirigido, sobre lo que falló en el primero.

SEMANA 27

GLOBAL - 1 + DIRIGIDO - 1

Entrena la estrategia: orden de ataque y reparto del tiempo.

SEMANA 28

GLOBAL - 1

Compara los cuatro globales. No mires solo la nota: mira la regularidad.

★ **Global PAU según tus estadísticas**: el examen que ataca justo tus patrones de error.

SEMANA 29

GLOBAL - 1 + DIRIGIDO - 1

Haz el global a la misma hora a la que tendrás tu examen real.

SEMANA 30

GLOBAL - 1 + DIRIGIDO - 1

En el dirigido, solo rojos, ámbar y errores que se te repiten.

SEMANA 31

GLOBAL - 1 + DIRIGIDO - 1

Deja 8-10 minutos finales y revisa con tu lista de errores propios.

SEMANA 32

GLOBAL - 1

Tres globales seguidos dentro de 0,8 puntos: eso es estar listo.

Hasta **dos globales según estadísticas** por semana, más dirigidos cortos de refuerzo.

SEMANA 33

GLOBAL - 1

El último global completo, a unos diez días de la prueba.

SEMANA 34

REPASO DIRIGIDO

Solo tu cuaderno de errores y los refuerzos de tus informes. Nada nuevo.

SEMANA 35

RUTINA

Sesiones cortas, sueño ajustado al día del examen, material listo.

PAU

Tu día. Todo lo que vas a hacer ya lo has hecho treinta y cinco veces.

Un último **global según estadísticas** y refuerzos de veinte minutos. Sin excesos.

EL NÚCLEO DEL MÉTODO

EXAMEN ► CORRECCIÓN ► ESTADÍSTICAS ► SIGUIENTE EXAMEN

Cada examen no cierra el trabajo: lo orienta.

- 1 **Ningún examen se cierra** hasta que has rehecho lo que fallaste. La nota no enseña; el refuerzo sí.
- 2 **Globales, solo desde abril.** Antes, mezcla de temas: hacer un global sin el temario dado no mide nada.
- 3 **Tu tiempo va a lo rojo y lo ámbar.** Lo que ya está en verde solo necesita aparecer de vez en cuando.