



Curso de Técnicas de Estudio: “Aprendiendo a aprender”

¡Bienvenido al curso-taller: “Aprendiendo a aprender”!

Objetivo:

El siguiente curso tiene como objetivo **trabajar métodos , hábitos y técnicas para mejorar el rendimiento en el estudio**. Dicho de otro modo, preparar a los participantes para el desarrollo de una metodología de aprendizaje-estudio ágil y eficaz que contribuya a una mejora de su rendimiento académico.

Nuestro profesor, licenciado en Magisterio de Educación Infantil y Primaria (especializado en Atención de Necesidades Educativas Especiales) y con posgrado en Psicopedagogía, se encuentra altamente cualificado para ayudar a los alumnos en este proceso.

Metodología:

Nuestro curso se caracteriza por mezclar una enseñanza teórico-práctica. El profesor presentará a los alumnos la información de una manera amena que, posteriormente, se pondrá en práctica lo explicado con ejemplos reales a las materias y temas cursados.

Además, no podemos obviar que actualmente los alumnos exigen medios de información acordes a sus necesidades y elementos empleados, por ello, esta metodología incluirá el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación como medio fundamental para el trabajo en clase. En este sentido, utilizaremos diferentes apps y recursos tecnológicos, por lo que es recomendable que los participantes pudieran traer un dispositivo electrónico (ya sea teléfono móvil, tablet u ordenador).

Duración, Horarios y precio:

14 HORAS 97€ (material incluido)

HORARIOS: VIERNES de 16:00 a 18:00
18:15 a 20:15
SABADO de 10:00 a 12:00
12:15 a 14:15

Centro de Guadalajara
Bulevar de Entrepeñas, 11.

☎ 630083443

info.guadalajara@centrodeestudiosclass.es

Centro de Villanueva de la Torre
C/ Fernando de Rojas, A-4 (C.C. La Plaza).

☎ 609 02 01 80

info.villanueva@centrodeestudiosclass.es

Contenido:

El curso completo consta de 5 bloques divididos de la siguiente forma:

- **Bloque 1.** Introducción ¿Por qué son necesarias las técnicas de estudio?
 - Dinámica de presentación
 - Evaluación inicial personal
 - Primeros conceptos: qué es aprender, estudiar, un estudiante eficaz
 - ¿Soy buen estudiante? Test de habilidades de aprendizaje y estudio
 - Concienciación sobre hábitos de estudio y por qué cambiarlos
 - Dinámicas de concienciación en hábitos de estudios

- **Bloque 2.** Factores personales y ambientales del estudio
 - El estado físico: sueño, alimentación, respiración y ejercicio físico
 - El autoconcepto: la imagen de uno mismo, ¿cómo se forma?, consecuencias y cómo mejorarla
 - La motivación para aprender: autor refuerzos, metas y objetivos, planes de acción y problemas personales
 - El lugar de estudio y otros factores ambientales

- **Bloque 3.** Técnicas de estudio: organización, actitud, comprensión y memoria
 - Concentración y relajación: cómo actuar ante la ansiedad o pasividad
 - Actitud proactiva
 - Organización y planificación: fases, objetivos, el uso de la agenda, planificación mensual-diaria y la curva del rendimiento.
 - Memoria y ejercitación: tipos, el proceso de memorización, la curva del olvido
 - Técnicas memorísticas:
 - Acrósticos
 - Técnica de la cadena
 - Técnica de los lugares
 - Técnica numérica

- **Bloque 4.** El tratamiento de la información. Técnicas de lectura.
 - La prelectura
 - Velocidad lectora y cómo mejorarla
 - La lectura de contacto o general
 - Analizando la estructura del texto
 - El subrayado y la lectura de comprensión
 - La lectura crítica

- **Bloque 5. Las clases. Notas y apuntes**
 - Aprovechar mejor las clases
 - La toma de apuntes: ¿Cómo tomar notas y apuntes en clase?
 - Búsqueda y comprensión de la información
 - Las técnicas de síntesis:
 - El esquema numérico
 - El esquema de llaves
 - El diagrama de flujo
 - El organigrama
 - El mapa conceptual
 - El cuadro sinóptico
 - El resumen

- **Bloque 6. Los exámenes**
 - La importancia de los exámenes
 - Mitos y realidades de los exámenes
 - El proceso de preparación para el examen
 - Cómo realizar un examen de manera eficaz

- **Bloque 7. Los trabajos escolares**
 - Los deberes
 - ¿Cómo resolver un problema?
 - Partes de un trabajo escolar
 - Planificación y realización
 - La creatividad

- **Bloque 8. Cierre del curso. Evaluando lo conseguido***



*En esta última sesión se invitará a los padres a que participen en una pequeña reunión donde se darán pautas y claves fundamentales para apoyar a vuestros hijos e hijas en este cambio de rutinas.

Por tanto, os invitamos a que participen activamente y saquéis el mayor provecho a este curso. Será fundamental cumplir unos requisitos fundamentales como traer ánimo y ganas de pasarlo bien, deseo de compartir sus propias experiencias para enriquecer las clases y la actitud por mejorar nuestra actitud ante los estudios.

¡Vamos a disfrutar aprendiendo a aprender!