

¡Bienvenidos al **Curso de Técnicas de Estudio** de ARANDA FORMACIÓN!

Nuestra experiencia en la academia nos permite conocer los errores más frecuentes en los hábitos de estudio de los alumnos, errores que, en su gran medida, son fácilmente corregibles con una adecuada planificación, un poco de práctica y claro, algo de interés.

El objetivo de este curso es proporcionaros **confianza** en el estudio, y facilitar unas herramientas que añadan **eficacia** a vuestro esfuerzo.

* CARACTERÍSTICAS DEL CURSO:

- NIVELES: I) PEQUEÑOS. Primaria, 1º y 2º ESO.
II) JÓVENES. 3º y 4º ESO, 1º y 2º Bachillerato.
III) ADULTOS. Universidad. Oposiciones. Exámenes de Acceso.
- DURACIÓN DEL CURSO: **8 HORAS**.
- PRECIO: 160 €
- MODALIDAD: Presencial (grupo o individual).

Grupos de Mañana y de Tarde

Horarios Flexibles

IMPORTANTE: Las clases en grupo comienzan en cuanto hay un mínimo de alumnos confirmados, por lo que si te interesa ponte en contacto con nosotros cuanto antes.

OPOSICIONES. Local, autonómica, estatal.

CURSOS PROF.. Prácticas. Bolsa de trabajo.

INGLÉS. Todos los niveles.

INFORMÁTICA. Básica. Avanzada.

MADRID. 91 115 02 20.

El Conde de Peñalver 17. Metro Goya.

ALCORCÓN. 91 610 40 60.

El Puerto Cristo 2 / Auda. Alcalde J. Aranda 55

LEGANÉS. 91 694 89 06.

Auda. Dr. Mendiguchía Carricho 31.

TOLEDO. 925 22 60 85.

El Marqués de Mendigorría 14.

GUIÓN DEL CURSO. NIVEL I.

0.- ¿Sabes estudiar?

1.- Factores que intervienen en el aprendizaje escolar

- 1.1 Factores cognitivos
¿Cómo desarrollarlos?
- 1.2 Factores afectivo-sociales
¿Cómo desarrollarlos?
- 1.3 Factores ambientales y de organización
¿Cómo desarrollarlos?

2.- ¡Un buen método de estudio!

- 2.1 Preleer
- 2.2 Leer
- 2.3 Hablar
- 2.4 Escribir
- 2.5 Repetir
- 2.6 ¡Ahora vamos a aplicarlo!

3.- Hábito de estudio. ¿Te suena?

4.- ¿Cómo tomar apuntes?

- 4.1 Recomendaciones para escuchar atentamente
- 4.2 Causas por las que no se escucha adecuadamente
- 4.3 Ventajas de tomar apuntes
- 4.4 Trucos para tomar apuntes
- 4.5 Abreviaturas

5.- ¡¡El examen!!

- 5.1 Estrategias para prepararlo
 - Objetivo
 - Desarrollo
- 5.2 Uso del diccionario
- 5.3 Autocontrol y relajación

6.- Hábitos y motivaciones (Guía para padres)

- 6.1 Pautas básicas
- 6.2 Factores que influyen en el rendimiento escolar
 - ✓ Autonomía de los niños
 - ✓ Hábitos de orden
 - ✓ Hábitos de convivencia en el hogar
 - ✓ Alimentación y sueño
 - ✓ Planificación del tiempo libre
 - ✓ El papel de la televisión
 - ✓ El estrés
 - ✓ Las tareas escolares.

OPOSICIONES. Local, autonómica, estatal.

CURSOS PROF.. Prácticas. Bolsa de trabajo.

INGLÉS. Todos los niveles.

INFORMÁTICA. Básica. Avanzada.

MADRID. 91 115 02 20.

El Conde de Peñalver 17. Metro Goya.

ALCORCÓN. 91 610 40 60.

El Puerto Cristo 2 / Auda. Alcalde J. Aranda 55

LEGANÉS. 91 694 89 06.

Auda. Dr. Mendiguchía Carricho 31.

TOLEDO. 925 22 60 85.

El Marqués de Mendigorría 14.

GUIÓN DEL CURSO. NIVEL II

1 Trabajo inicial:

- 1.1 Lectura: "Una jornada de estudio"
- 1.2 Cuestionario: Evaluación de las técnicas de estudio
- 1.3 Autoconocimiento
- 1.4 Breve inventario de los cuadrantes cerebrales
- 1.5 Tipos de inteligencia
- 1.6 Test de inteligencia

2 Factores que influyen en el estudio:

- 2.1 Lugar
- 2.2 Horario
- 2.3 Condiciones fisiológicas
- 2.4 Pensamientos positivos y negativos

3 Planificación del trabajo:

- 3.1 Programación semanal
- 3.2 Programación diaria

4 Método de estudio:

- 4.1 Elección personal del método
- 4.2 Método de ejemplo: ELSENER
 - 4.2.1 Exploración: prelectura
 - 4.2.2 Lectura:
 - 4.2.2.1 Desarrollo de aptitudes con la lectura
 - 4.2.2.2 Velocidad lectora: ¿Cómo mejorarla?
 - 4.2.2.3 Malos hábitos
 - 4.2.2.4 Lectura comprensiva
 - 4.2.3 Subrayado:
 - 4.2.3.1 ¿Cómo y cuándo subrayar?
 - 4.2.4 Esquema:
 - 4.2.4.1 Ventajas de un esquema
 - 4.2.4.2 Diferentes modelos
 - 4.2.5 Resumen
 - 4.2.6 Evocar (estudiar y memorizar)
 - 4.2.6.1 Sesión de estudio
 - 4.2.6.2 Atención y concentración
 - 4.2.6.3 Causas de distracción
 - 4.2.6.4 Memoria
 - 4.2.7 Repasar

5 Apuntes

6 Exámenes:

- 6.1 Antes
- 6.2 Durante

NOTA: No se mandará tarea de estudio para casa salvo la realización de algún test de autoevaluación.