



# TÉCNICAS DE ESTUDIO



**CURSO AL QUE VA DIRIGIDA:** 1º ESO

**PROFESORADO QUE LA IMPARTE:** Inmaculada Díaz, profesora del departamento de Geografía e Historia

**PARA QUÉ SIRVE:** Esta materia puede ayudarte a estudiar con más eficacia, a ahorrar mucho tiempo y esfuerzo y por lo tanto a mejorar tus calificaciones y tus resultados académicos.

OBJETIVOS QUE SE PERSIGUEN	CONTENIDOS QUE SE TRABAJAN	DESARROLLO DE LAS CLASES
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aprender una serie de técnicas de estudio que te ayuden a trabajar cualquier asignatura de la ESO con menos esfuerzo.</li> <li>2. Organizar mejor tu tiempo de estudio.</li> <li>3. Mejorar la comprensión lectora.</li> <li>4. Desarrollar la expresión oral y escrita.</li> <li>5. Mejorar tu rendimiento académico y, por tanto, tus calificaciones.</li> <li>6. Ayudarte a que entiendas el proceso de estudio como una actividad que puede ser entretenida y más fácil de lo que parece.</li> <li>7. Aprender a buscar, seleccionar y comprender distintos tipos de informaciones.</li> <li>8. Realizar el proceso de estudio de una forma más personal.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. INTRODUCCIÓN: los problemas habituales y la actitud ante el estudio.</li> <li>2. La planificación del estudio: condiciones y estrategias.</li> <li>3. Las técnicas de estudio básicas:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La lectura comprensiva.</li> <li>2. El subrayado.</li> <li>3. El esquema.</li> <li>4. El resumen.</li> <li>5. El repaso.</li> <li>6. Técnicas para mejorar la memoria.</li> <li>7. Los mapas conceptuales y los mapas mentales.</li> <li>8. La toma de apuntes.</li> <li>9. La preparación de exámenes.</li> <li>10. El trabajo monográfico.</li> <li>11. El trabajo en equipo.</li> <li>12. Técnicas de control y relajación para superar el estrés y la ansiedad.</li> <li>13. Elaboración de tablas comparativas, fichas de contenidos, gráficas...</li> </ol> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las clases serán activas, con la participación continuada del alumnado en colaboración con el profesor.</li> <li>• La evaluación también será continua, a partir de la valoración y evolución de las tareas que el alumnado vaya realizando a lo largo de cada trimestre.</li> <li>• La profesora se adaptará al ritmo de aprendizaje del alumnado y a mejorar las técnicas que resulten más complicadas de aprender.</li> <li>• Al practicar las diferentes técnicas se podrán trabajar contenidos de las diversas materias del curso, para que lo que se aprenda se pueda aplicar y resulte más útil.</li> </ul>

