

# **TALLER DE TÉCNICAS DE ESTUDIO**

## **IES IGNACIO ECHEVERRIA**

### **CONTENIDOS :**

- Realización de esquemas.
- Técnicas de subrayado.
- Lectura diagonal.
- Extracción de ideas claves.
- Agilidad mental.
- Resolución de problemas.
- Lectura comprensiva.
- Motivar y estimular el aprendizaje.
- Inculcar hábito de estudio.
- Autoestima.
- Aprender gestión del tiempo.
- Autonomía en el estudio.
- Cooperación.
- Técnicas de relajación.
- Control de la ansiedad.
- Técnicas de respiración.
- Afrontar los exámenes.
- Visualización creativa.
- Pensamiento positivo.

### **OBJETIVOS PARA UN PROGRAMA DE TÉCNICAS DE ESTUDIO EFECTIVAS**

- Aprender a organizarte y planificarte mejor.
- Aprender a tomar buenos apuntes
- A subrayar, esquematizar y en definitiva resumir.
- A recordar más y mejor.
- A motivarte.
- Disminuir la ansiedad y estrés y prepararte para los exámenes.
- Programa de técnicas de estudio efectivas

## QUIÉN LO IMPARTE

Profesionales formados en psicopedagogía, pedagogía o logopedia.

## TEMPORALIZACIÓN

6 sesiones de hora y media por grupo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
15:30 a 17:00	15:30 a 17:00	15:30 A 17:00	15:30 a 17:00	15:30 a 17:30
2º ESO	1º ESO	BACHILLERATO	3º ESO	4º ESO
10/1 AL 14/2	11/1 AL 15/2	12/1 AL 16/2	13/1 AL 17/2	14/1 AL 18/2

**PRECIO: MATRÍCULA 18€ SOCIOS AMPA CURSO COMPLETO  
EL RESTO SUBVENCIONADO POR EL AMPA.**

**NO SOCIOS AMPA 36€**

**GRUPOS MÁXIMO 12 ALUMNOS**

**ÚLTIMO DÍA DE INSCRIPCIÓN 3 DE ENERO**

"ahora vamos a estudiar bien y con menos esfuerzo"

## GUÍA PARA REALIZAR LAS INSCRIPCIONES GADER

### ★ **FAMILIAS QUE YA HAN UTILIZADO LA PLATAFORMA DE GADER:**

Las familias que ya han solicitado el alta en alguna actividad extraescolar a través de la plataforma de GADER sólo tendrán que acceder a su cuenta y solicitar el alta en la actividad deseada.

### ★ **NUEVOS USUARIOS:**

Si es la primera vez que va a contratar un servicio con GADER deberá seguir los siguientes pasos para darse de alta en nuestra plataforma:

1. Entrar en [www.gader.es](http://www.gader.es) y pinchar en ZONA DE USUARIO (arriba a la derecha).
2. Pinchar en INICIAR SESIÓN.
3. Pinchar en REGISTRARSE.
4. Introducir una dirección de mail, una contraseña y confirmar contraseña.
5. Le llegará un email a la dirección de correo introducida con un link para activar la cuenta, pinchar en el link y volver a meter la dirección de mail y la contraseña creada para activar la cuenta. Si la dirección de correo facilitada es de hotmail revisar la carpeta de Spam o correo no deseado.
6. Ir a la pestaña MI CUENTA.
7. Pinchar en CAMBIAR datos de CLIENTE y cumplimentar todos los campos.
8. Crear los ALUMNOS.
9. Ir al apartado de ACTIVIDADES.
10. Seleccionar el alumno que desea inscribir en las actividades.
11. Marcar si tiene alguna alergia y si son socios del AMPA.
12. Seleccionar el colegio al que asisten los alumnos donde pone PROYECTO.
13. Seleccionar la actividad deseada.
14. Poner la fecha en la que el alumno comenzará la actividad.