

PROGRAMA DE PÍLDORAS MENSUALES DE TÉCNICAS DE ESTUDIO

Bloque	Mes	5º PRIMARIA a 1º ESO
La planificación, el eje de un estudio exitoso	Septiembre	Planificación mensual - La importancia de la planificación - Tipos de planificación - Cuadrante (muy) importante y (muy) urgente
	Octubre	Organización semanal - Cómo hacer un buen horario semanal
	Noviembre	Organización diaria - Pautas externas para antes de estudiar - Pautas internas para antes de estudiar - Uso agenda - Gestión del tiempo (asignaturas, descansos etc) - Reloj
Optimización del tiempo del aula	Enero	Aprovechamiento de las clases - Pautas mantener atención y concentración - Pautas toma de apuntes
	Febrero	Exámenes - Pautas para prepararlos bien - Pautas para hacerlos bien
Optimización del tiempo de estudio	Marzo	Lectura - Mejora tu velocidad lectora - Mejora tu comprensión lectora
	Abril	Subrayado - Para qué sirve el subrayado - Ventajas del subrayado - Pautas para hacer un buen subrayado
	Mayo	Esquemas - Tipos de esquemas - Pautas para escoger el esquema más apropiado - Qué elementos ha de tener un buen esquema

Bloque	Mes	2º ESO a 2º BACHILLERATO
La planificación, el eje de un estudio exitoso	Septiembre	Planificación
		- Planificación mensual (Cuadrantes)
		- Planificación semanal (Horario)
Los elementos que rodean al estudio	Octubre	Pautas para aprovechamiento de clases, organización y exámenes
		- Atención y concentración
		- Toma de apuntes
		- Factores externos e internos
		- Uso agenda
		- Gestión del tiempo (asignaturas, descansos etc)
		- Hacer bien los exámenes
- Autoevaluación. Revisar y aprender		
Recursos para optimizar el tiempo de estudio	Noviembre	Subrayado y esquema
		- Para qué sirve el subrayado
		- Ventajas del subrayado
		- Pautas para hacer un buen subrayado
	Enero	Lectura y resumen
		- Mejora tu velocidad lectora
		- Mejora tu comprensión lectora
	Febrero	Mapa conceptual
		- Qué es un mapa conceptual
		- Para qué sirve un mapa conceptual
		- Modelos de mapa conceptual
	Marzo	Técnicas de memorización
		- Cómo se configura la memoria
- Ideas para ayudar a memorizar		
- Sistemas de memorización (Nemotécnica, dibujos etc)		
La palabra, vehículo de expresión y del aprendizaje	Abril	Taller de escritura
		- La fuerza de la palabra escrita
		- Vías para incrementar el vocabulario
		- Describir sucesos y lugares
	- Expresar la interioridad	
	Mayo	Taller de oratoria
		- El poder de la comunicación verbal
- Pautas para captar la atención		