

Tècniques d'estudi i gestió del temps

Descripció de l'activitat

Aquest curs ofereix estratègies per al docent per tal de dotar a l'alumnat d'eines de treball personal. Mitjançant les tècniques d'estudi, d'organització del temps i d'organització personal, el docent aprendrà a guiar als alumnes en les tasques pròpies com a estudiant.

Objectius de l'activitat

- Conèixer la influència directa de l'autoestima de l'alumne vers l'aprenentatge.
- Adquirir una idea organitzada del procés d'estudi de l'alumnat.
- Descobrir el potencial de l'alumnat quan se'ls dota de les eines adequades per afrontar les sessions d'estudi.
- Desenvolupar pràctiques reals per compartir-les amb els altres docents, creant debat pedagògic i d'enriquiment professional.

Continguts de l'activitat

Mòdul 1: L'alumne com a reflex de la seva autoimatge

- Quins elements formen part de l'autoimatge de l'alumne.
- Com influencia l'autoimatge davant l'estudi.
- Com incidir en l'autoimatge de l'alumne des de l'aula.
- Eines per detectar una autoimatge negativa i com revertir-la.

Mòdul 2: Organització de les sessions d'estudi

- Què entenem com a "Sessió d'estudi".
- Planificació i organització de les sessions d'estudi.
- Recursos per evitar distraccions davant l'estudi
- Tècniques de relaxació i concentració.

Mòdul 3: Procés d'estudi

- Estratègies per fer front a l'estudi.
- Recursos de treball davant l'estudi.
- Mètode de síntesi.

- Autoavaluació del procés.

Mòdul 4: Avaluació, autoavaluació i millora del propi procés

- Realització d'exàmens i treballs.
- Tècniques de revisió i memorització.
- Tècniques de planificació del treball.
- Revisió del procés i estratègies de millora.



Metodologia

El treball amb els materials del curs es combinarà amb alguna proposta pràctica i, sobretot, amb l'aprofitament de les interaccions entre professor i alumnes. A través de presentacions i vídeos es reforçaran els continguts.



Hores de durada

30 hores. Formació asincrònica en línia amb la plataforma moodle: 27 hores + 3 hores de treball personal.



Dates

Plantegem 1-2 edicions del curs per trimestre. A escollir:

- Del 5 al 30 de setembre de 2022
- De l'1 al 30 de novembre de 2022
- De l'1 al 28 de febrer de 2023
- De l'1 al 31 de maig de 2023.



Lloc

Curs a distància (telemàtic) El curs es realitzarà 100 % online



Horari

A conveniència de l'alumne.



Destinataris

Docents de Primària (Cicle Superior), Secundària i Batxillerat



Nombre de places

Màxim 35



Nom i cognom i titulació acadèmica de la persona formadora

Mireia Valdés Llonch. Docent, Psicopedagoga i directora de centre. Experta en dificultats d'aprenentatge i gestió emocional.



Cost de la matrícula

60 euros



Avaluació de l'aprofitament

- A partir de l'exposició d'un cas cal elaborar un pla d'actuació per a la millora de l'autoimatge d'un alumne.
- Participar activament en un fòrum on es planteja la dificultat de l'alumnat adolescent per resoldre problemàtiques personals que afecten la seva concentració davant l'estudi.
- Cal crear un document on es despleguin els apartats adequats per a l'estudi d'un tema, partint d'una situació fictícia.
- Elaborar una memòria de treball on s'exposarà, s'analitzarà i s'avaluarà la posada en pràctica de tècniques de memorització amb l'alumnat d'un centre educatiu i els seus resultats.



Avaluació de la satisfacció

- Observació i control de l'evolució de l'aprenentatge dels continguts teòrics i pràctics i la seva aplicació i aprofitament en la tasca professional dins l'escola i la seva concreció a l'aula.
- Enquesta de valoració del grau de satisfacció al final del curs, pel que fa al professorat, materials, objectius, organització i adequació a les expectatives del curs.



Requisits de certificació

- Elaboració del 100 % de les activitats proposades
- Participació en, com a mínim, el 80 % dels fòrums establerts
- Realització i lliurament correcte de les activitats pràctiques proposades i la seva òptima aplicació a l'aula.