



## Técnicas de estudio

### Curso

50h

Es un curso dirigido a las personas que desean aprender a utilizar las distintas herramientas que ofrece la metodología del estudio. El objetivo último, no el único, es potenciar y mejorar los resultados de los estudios que se deseen cursar independientemente de su nivel. Es un curso eminentemente práctico ya que junto a la teoría siempre se realizan ejercicios prácticos de aprendizaje o autoevaluación. Así mismo, el curso pretende ser motivador (mejorar cada uno desde su propio punto de partida) e individualizado (labor del tutor/a para ajustarse a cada alumno/a y sus necesidades)

### Destinatarios

Fundamentalmente, pero no de modo exclusivo, dirigido a estudiantes universitarios, de postgrado y oposiciones. Útil para aquellas personas con deseos de aprender aún sin estar matriculados en ninguna especialidad ya que les ayudará a hacerlo mejor. Por último, con interés para padres y madres con hijos/as en edad escolar que quieran orientarles en el estudio en temas sobre el qué, cómo, cuándo y cuánto se debe realizar entre otros muchos temas.

### Contenidos

- **Tema 1.** Introducción al curso
- **Tema 2.** Los factores que condicionan el estudio
- **Tema 3.** La organización del tiempo y la planificación del estudio
- **Tema 4.** La curva de trabajo
- **Tema 5.** La lectura como técnica instrumental imprescindible
- **Tema 6.** Técnicas de síntesis: subrayado, resumen y esquema
- **Tema 7.** Los diferentes métodos de estudio
- **Tema 8.** El aprovechamiento de las clases y la toma de apuntes
- **Tema 9.** La técnica de examinarse