

- **REFUERZO EDUCATIVO – GRUPO DE ESTUDIO ASISTIDO SECUNDARIA**
(Grupo de 3/5 chicos de secundaria)

SECUNDARIA: AUTOGESTIÓN DE ESTUDIO y GESTIÓN EMOCIONAL:

“Aprendo estrategias para estudiar mejor y conseguir lo que me proponga”

**¿Cómo me organizo los deberes? ¿Cuánto tiempo necesito? ¿Por donde empiezo?
¿Qué trucos utilizo para estudiar mejor? ¿Cómo consigo mis retos?**



Objetivos generales:

- Desarrollar **estrategias cognitivas superiores, funciones ejecutivas**, fundamentales en la autogestión del estudio: organización, planificación y toma de decisiones: que tengo que hacer, que necesito, por donde empiezo, cuando tiempo me va a costar, se lo que no se y lo que si, pido ayuda,...
- Establecer rutinas y hábitos de trabajo. **Organización de la agenda, tiempo y tareas.**
- Planificar el estudio y desarrollo de **estrategias de control eficaces** (autoinstrucciones, control de la fatiga, ansiedad, ...)
- Favorecer la **motivación** y la responsabilidad ante el trabajo mediante misiones y objetivos propios. Supervisión y refuerzo ante el logro.
- Estrategias de **gestión emocional** (nervios, ansiedad,...), habilidades sociales y resolución de conflictos cotidianos.

Para ello...

- Disponen de un **CUADERNO** propio de Autogestión de tareas Neuroeduca, para aprender a organizarse en el grupo y en casa.
- Se facilitan distintas **TÉCNICAS-TRUCOS** fundamentales en el aprendizaje de secundaria: subrayar en dos colores según la importancia de la información, resumir, categorizar, sintetizar, memorizar palabras nuevas y favorecer la memoria visual/auditiva según nuestro estilo de aprendizaje natural.

"Aprendo TRUCOS para estudiar mas y mejor"				Fecha: _____	
TAREA:	¿CÓMO?:	TIEMPO:	HECHO:	DUDAS:	

ESTUDIO:	¿Cómo estudio?:	TIEMPO:	HECHO:	DUDAS:	

¡¡¡YO PUEDO!!!