

# DINÁMICAS PARA APRENDER A APRENDER OBJECTIVOS. TEORÍA



## ESTABLECE OS TEUS PROPIOS OBXECTIVOS

CARACTERÍSTICAS QUE DEBEN CUMPRIR OS OBXECTIVOS		EXEMPLOS	
1	Sempre en positivo	SI	Aprobar
		NON	Non-suspender
2	Concreto	SI	Aprobar o exame de lingua
		NON	Aprobar os exames
3	Realista	SI	Aprobar o exame de lingua da semana que vén
		NON	Aprobar hoxe o exame de lingua
4	Alcanzable a curto prazo	SI	Aprobar o exame de lingua da semana que vén
		NON	Aprobar o examen final de lingua (estamos na 1ª avaliación)

Escribe o teu obxectivo e comproba que está en positivo e que é concreto, realista e alcanzable a curto prazo

## PLANIFICA OS TEUS PASOS

1	Conseguíchelo antes algunha vez?	SI	Non te confíes, téntao con forza.
		NON	Terás que tentalo con máis forza
2	Que métodos adoitas usar?	Enumera todo o que fas cando te enfrontas a esta tarefa ou a outra similar.	
3	Cales destes métodos che funcionan?	Entre os métodos anteriores escolle os que cres que che poden funcionar.	
4	Que necesitarás?	Enumera todas aquelas cousas que che facilitarían o teu labor.	
5	Que dificultades podes atopar?	Enumera todo aquilo que normalmente che dificulta o teu labor.	
6	Que podes facer?	Para cada dificultade, trata de atopar unha solución.	

## RECOMPENSA O TEU ESFORZO

**AVALIATE: SEGUICHES OS PASOS? CUMPRÍRONSE OS TEUS OBXECTIVOS?**

# DINÁMICAS PARA APRENDER A APRENDER OBJECTIVOS. PRÁCTICA



## ESTABLECE UN OBJETIVO REALISTA

CONSEGUÍCHELO ALGUNHA VEZ ANTES?  SI  NON  Nunca o planeei

## QUE MÉTODOS ADOITAS USAR NESTA MATERIA?

Fago esquemas  Estudo con amizades  Leo moitas veces  Outros:  Apuntamentos  Practico moito  Planifico ben a axenda

Cales che funcionan mellor?

Cales che funcionan peor?

## QUE PASOS CONCRETOS TE PROPÓS DAR?

<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------

QUE DIFICULTADES PODES ATOPAR?

QUE VAS FACER PARA SOLUCIONALAS?

COMO TE VAS SENTIR SE CUMPRES CO PLAN?

QUE TE VAS REGALAR SE CUMPRES COS PASOS?

Recoñezo que:

E comprométome mellorar:

Profesor/a

Alumno/a

Familia:

Quérote felicitar por

Profesor/a:

Quérote felicitar por

Alumno/a:

Quérote felicitar por

Familia: