



Escola Secundária Dr. José Afonso

**SERVIÇO DE PSICOLOGIA E ORIENTAÇÃO**  
**2013/14**

**Formação:**

*Aprender a aprender métodos e hábitos de estudo e estratégias de aprendizagem*

**Destinatários:**

Alunos do ensino secundário

**Objetivos:**

- Guiar os alunos no reconhecimento de que ao elaborar seu próprio plano de trabalho, e o respeitarem, estão a desenvolver um esforço que se vai traduzir numa grande economia de tempo e de energia e também numa maior autonomia no seu funcionamento escolar. Cada aluno terá que encontrar o seu método pessoal, aprendendo a distribuir o seu tempo de forma flexível.
- Fortalecer a capacidade de aprendizagem de alunos: na utilização de estratégias de aprendizagem, o aluno deve-se apropriar dessas formas de saber fazer, não como meras rotinas, mas como algo que ele pode controlar, planear e orientar.
- Preparar os alunos para as avaliações de forma auto regulada.
- Promover o sucesso educativo

**Enquadramento no PEE**

- Promover, de forma sustentada, o ensino de qualidade, considerando o sucesso educativo.
- Promover a escola inclusiva, de referência, que proporcione aos alunos um ensino-aprendizagem de qualidade que os prepare para os desafios e inserção na sociedade.
- Promover atividades na escola que proporcionem um ambiente seguro e facilitador do processo de ensino aprendizagem.

**Duração**

90 minutos, uma vez por semana durante 2 semanas

**Horário**

A indicar no principio do mês de outubro

**Inscrições:**

Para o *e-mail* da psicóloga remetendo a ficha de inscrição anexa.

[manuela.martins@esjoseafonso.com](mailto:manuela.martins@esjoseafonso.com)

**Local de realização**

A definir de acordo com o número de inscrições

**Datas de realização**

A definir de acordo com o número de inscrições

A psicóloga

Manuela Pina Martins



Escola Secundária Dr. José Afonso

**SERVIÇO DE PSICOLOGIA E ORIENTAÇÃO**

**Ano letivo 2013/14**

**Formação:**

*Aprender a aprender métodos e hábitos de estudo e estratégias de aprendizagem para pais e filhos (alunos do ensino secundário).*

**FICHA DE INSCRIÇÃO**

**Nome do(a) aluno(a):**

**Número: Turma: Ano:**