

Categorías: Educación, servicios socioculturales y a la comunidad

OBJETIVOS

- Dotar al alumnado de las herramientas, estrategias y conocimientos necesarios para afrontar con eficacia el proceso de preparación de una oposición, desarrollando habilidades de planificación, organización, técnicas de estudio, gestión emocional y afrontamiento del examen.

CONTENIDOS

Bases del éxito en oposiciones

Errores Comunes y Cómo Evitarlos

- Cómo Evaluar si Realmente Estás Preparado para Opositar

- El reto de preparar una oposición

- Evitar el aislamiento y el desgaste emocional

- Desafíos estratégicos en la preparación

Planificación y organización del estudio

- Estrategias para gestionar el tiempo de estudio a largo plazo

- Cómo mantener la motivación y evitar la fatiga mental

- Cómo diseñar un plan de estudio eficaz

- Estrategias de planificación según el tipo de opositor

- Estrategias para estudiar temarios extensos

- Métodos para recordar fechas, datos y detalles específicos

Cómo practicar y simular el examen

- Técnicas para responder exámenes tipo test

- Cómo preparar la prueba de desarrollo

- Estrategias para afrontar la prueba oral o defensa ante el tribunal

- Técnicas avanzadas para responder preguntas de desarrollo

- Cómo superar bloqueos y gestionar la ansiedad el día del examen

Gestión emocional y mentalidad del opositor

- Cómo gestionar la presión y la incertidumbre

- Desarrollo de una mentalidad resiliente

- Cómo equilibrar el estudio con la vida personal

