



INSTITUTO JUAN PABLO II
Av. Sáenz Peña 576
TEL: 0381- 4205711
Institutojuanpabloii@gmail.com
www.instjuanpabloii.com.ar

Materia: ATE

Profesora: Nisoria, Carolina

Curso: 1° B

Bibliografía:

Trabajo Práctico N°10 Repaso

- 1) ¿Qué significa organizar el tiempo?
- 2) ¿Por qué es importante usar una agenda o planificación semanal?
- 3) Nombra dos beneficios de organizar tu tiempo.
- 4) ¿Qué es el subrayado?
- 5) ¿Qué cosas se deben subrayar en un texto?
- 6) ¿Qué es tomar apuntes?
- 7) ¿Por qué sirve escribir apuntes con nuestras propias palabras?
- 8) ¿Qué es un mapa conceptual?
- 9) ¿Qué elementos utiliza un mapa conceptual?
- 10) ¿Qué es un cuadro sinóptico?
- 11) ¿Cuál es la diferencia entre mapa conceptual y cuadro sinóptico?
- 12) ¿Cuál de las dos técnicas te resulta más útil? ¿Por qué?
- 13) Leer el siguiente texto: “La actividad física es importante para la salud. Ayuda a fortalecer el cuerpo, mejora el estado de ánimo y previene enfermedades. Caminar, correr o practicar deportes son algunas formas de mantenerse activo.”
 - a) ¿De qué trata el texto? Y ¿Cuál es la idea principal?
 - b) Nombra dos beneficios de la actividad física
 - c) Explica con tus palabras de qué trata el texto.
- 14) ¿Qué es la ansiedad antes de un examen?
- 15) Nombra dos síntomas de ansiedad.
- 16) ¿Por qué estudiar con tiempo ayuda a sentirse más tranquilo?
- 17) ¿Qué pensamientos negativos pueden aparecer antes de un parcial?
- 18) Escribí dos estrategias para manejar la ansiedad.