

Taller de Técnicas de estudio y planificación del tiempo

OBJETIVOS

- Enseñar técnicas de planificación y gestión del tiempo.
- Control de la agenda y los horarios.
- Técnicas de resumen y esquemas.
- Potenciar el pensamiento reflexivo.
- Reducir la impulsividad cognitiva y conductual.
- Fomentar el razonamiento.
- Mejorar la comprensión del lenguaje.
- Desarrollar estrategias en la resolución de problemas.

La finalidad de estos talleres es dotar a los alumnos de las herramientas necesarias para mejorar la calidad del estudio, promoviendo así una mejora en el rendimiento académico. Se pretende conseguir una mejora en la adquisición de contenidos y el establecimiento de rutinas y hábitos para potenciar el funcionamiento escolar y reducir el estrés por el que puedan pasar los alumnos durante las épocas de exámenes. Los talleres seguirán un programa llamado “Apoyo al estudio” específico para niños y adolescentes con TDAH.

El taller se divide en 2 grupos:

- **Lunes de 18:00 a 19:00 para el grupo de 8 a 12 años**
- **Lunes de 19:00 a 20:00 para el grupo de 13 a 17 años**

Los talleres comenzaran cuando haya un mínimo de 4 alumnos inscritos.

Incluye, una **sesión para padres** sobre **técnicas de estudio y planificación del tiempo**, se realizará el último día de taller.

Septiembre-Diciembre: 11 sesiones, 1 hora semanal. Importe del taller: 121 €.

Enero-Marzo: 11 sesiones, 1 hora semanal. Importe del taller: 121 €.

Abril- Junio: 10 sesiones, 1 hora semanal. Importe del taller: 110 €.

Taller de septiembre a diciembre:

Lunes	
18h-19h	Técnicas de estudio primaria
19h-20h	Técnicas de estudio secundaria
Sep: 20, 27, Oct: 4, 11, 18, 25 Nov: 8, 15, 22, 29 Dic: 13	

Taller de Enero a Marzo:

Lunes	
18h-19h	Técnicas de estudio primaria
19h-20h	Técnicas de estudio secundaria
Enero: 17, 24, 31 Febrero: 7, 14, 21, 28 Marzo: 7, 14, 21, 28	

Taller de Abril a Junio:

Lunes	
18h-19h	Técnicas de estudio primaria
19h-20h	Técnicas de estudio secundaria
Abril: 4, 11 Mayo: 2, 9, 16, 23, 30 Junio: 6, 13, 20	

Consultas e Inscripciones a través del correo: area.psicosocial@apnadah.org. **Teléfono:** 682 685 568 - Mar

Indicando: N.º socio, nombre y apellidos del socio, nombre y apellidos del niño, curso que está realizando, edad del participante y teléfono de contacto.

Lugar de realización en la sede de APNADAH: C/ Azagador de las monjas, 1D, bajo 2. 46018 Valencia.