

## **Taller de Técnicas de estudio y planificación del tiempo**

### **OBJETIVOS**

- Enseñar técnicas de planificación y gestión del tiempo, así como fomentar el razonamiento.
- Control de la agenda y los horarios.
- Técnicas de resumen y esquemas.
- Potenciar el pensamiento reflexivo.
- Reducir la impulsividad cognitiva y conductual.
- Mejorar la comprensión del lenguaje y 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, así como disminuir el estrés derivado de éstos.

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 comenzarán cuando haya un mínimo de 4 alumnos inscritos, *hasta cubrir aforo*.

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

Enero-Marzo: 11 sesiones, 1 hora semanal. **Importe del taller: Socios: 121 €. No socios 139 €.**

Abril- Junio: 10 sesiones, 1 hora semanal. **Importe del taller: Socios 110 €. No socios 126 €**

Taller de Enero a Marzo:

	<b>Lunes</b>
<b>18 h - 19h</b>	<i>Técnicas de estudio primaria</i>
<b>19 h – 20 h</b>	<i>Técnicas de estudio secundaria</i>
Enero: 17, 24, 31	
Febrero: 7, 14, 21, 28	
Marzo: 7, 14, 21, 28	

Taller de Abril a Junio:

	<b>Lunes</b>
<b>18 h – 19 h</b>	<i>Técnicas de estudio primaria</i>
<b>19 h – 20 h</b>	<i>Técnicas de estudio secundaria</i>
Abril: 4, 11	
Mayo: 2, 9, 16, 23, 30	
Junio: 6, 13, 20	

**Consultas e Inscripciones a través del correo:** [area.psicosocial@apnadah.org](mailto: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.