



## Taller Mejora el Rendimiento Académica

### Presentación

Uno de los factores más relevantes a la hora de mejorar nuestro rendimiento académico es mejorar la adquisición de hábitos de estudio adecuados, así como la capacidad de realizar un estudio eficaz que facilita la comprensión y asimilación de las diferentes materias de estudio.

En este taller vamos a profundizar entre otras cosas, sobre cómo planificar y organizar eficazmente el tiempo, elaborar nuestro plan de estudio, estrategias para no procrastinar, memorización y recuerdo... Es decir, todos aquellos aspectos fundamentales en relación a la mejora de los hábitos y técnicas de estudio.



### Destinatarios

Alumnado de la UGR de Grado y Máster.

### Formato

El taller se realizará en modalidad presencial a lo largo de una sesión. La metodología empleada se caracterizará por ser activa, personalizada y vivencial. Se propondrán diferentes actividades prácticas relacionadas con los contenidos a tratar en el taller.

### Objetivos

- Mejorar tu rendimiento académico.
- Identificar e incorporar hábitos de estudio adecuados.
- Aprender a utilizar técnicas de estudio de forma óptima.

### Contenidos

- Autoconocimiento: Cómo elaborar mi plan de estudio.
- Organización y gestión del tiempo.
- Hábitos y condiciones que mejoran mi rendimiento académico.
- Técnicas de estudio.

## **Duración**

3 horas total, distribuidas en una única sesión.

## **Fechas de realización**

24 de abril de 2024.

## **Horario**

De 10:00 a 13:00.

## **Lugar**

Despacho 7, Espacio V Centenario, Avenida de Madrid 20.

## **Inscripción**

La inscripción podrá realizarse hasta el 23 de abril de 2024 a través de un correo electrónico dirigido al Gabinete Psicopedagógico, **@email**, desde dónde se confirmará tu participación en el mismo.

## **Contacto**

- Gabinete Psicopedagógico.
- Edificio V Centenario.
- Teléfono: 958 24 63 88.
- Correo electrónico: **@email**