

Seminario: “Estrategias de Aprendizaje Autónomo”

Esta actividad tendrá lugar el día **15 de marzo de 11:00 a 13:00** en el **Salón de Actos de la E. T. S. Ingeniería de Caminos, Canales y Puertos**.

Actividad del Proyecto de Innovación Docente "Adaptarse a la Universidad: Qué, Cómo, Cuándo, Dónde y Para Qué Estudiar (3ª Ed.)"

Coordinadores: Sagrario López Ortega y Francisco Javier Alegre Bayo.

Email de contacto: sagralo@ugr.es Tlf. 958 248501. Gabinete Psicopedagógico del Vicerrectorado de Estudiantes.

Tras once años de trayectoria, desde el Gabinete Psicopedagógico partimos de que el éxito en la Universidad se basa en la superación de las exigencias académicas y la adquisición de las competencias de empleabilidad de sus egresados/as. Para que los/as estudiantes logren acabar sus estudios universitarios con éxito, previamente, necesitan poder identificar sus errores a la hora de estudiar, conocer diferentes estrategias para mejorar su aprendizaje y rendimiento, y disponer de herramientas psicopedagógicas que les permitan afrontar eficientemente sus objetivos. Por ello, el Gabinete Psicopedagógico continúa ofreciendo una amplia cartera de servicios de orientación y asesoramiento académico, vocacional y personal-psicológico, cuya finalidad no es otra que la de satisfacer las necesidades de ajuste a la vida universitaria de los/as estudiantes de la UGR y de prevenir su fracaso académico y/o abandono de los estudios, atendiendo a cientos de estudiantes cada año. Por esta razón, además de las demandas que se reciben por parte de los/as propios/as estudiantes, son cada vez mayores las solicitudes de colaboración realizadas al GPP por parte del profesorado universitario.

La finalidad del presente proyecto es satisfacer sus necesidades personales, académicas y vocacionales, contribuyendo a la adaptación y ajuste a la vida universitaria de los/as estudiantes, previniendo el fracaso y/o abandono de sus estudios universitarios, o el cambio inadecuado de éstos; y asentando las bases para la adquisición de las competencias clave de empleabilidad necesarias para afrontar con éxito sus estudios universitarios. Así, conseguirán optimizar su rendimiento académico y superar con éxito las dificultades que obstaculicen la consecución de sus metas, mediante la orientación y asesoramiento sobre aquellas variables que tienen una mayor repercusión en su ajuste a la vida universitaria, su rendimiento y su bienestar en general. Concretamente, se pretenderá que los/as estudiantes mejoren sus competencias personales y profesionales.

Objetivo general del proyecto

- Prevenir problemas de adaptación a la vida universitaria y bajo rendimiento académico, así como el riesgo de abandono o cambio de estudios inadecuado, debidas a situaciones de cambio, tanto por la incorporación a la universidad de los estudiantes de nuevo ingreso, como por la obligatoriedad de que estudiantes más veteranos cursen asignaturas sin docencia debido a su extinción por la implantación del EEES.

La segunda actividad que se va a realizar es **“Estrategias de Aprendizaje Autónomo”**

Los objetivos que se pretenden conseguir con esta actividad serán los siguientes:

- Clarificar las metas y objetivos personales del alumnado con respecto al estudio.
- Proporcionar al alumnado una serie de estrategias para mejorar el aprendizaje y el rendimiento académico.
- Identificar errores frecuentes que presenta el alumnado en la forma de estudiar.
- Identificar las estrategias que los estudiantes emplean y les resultan eficaces, y por qué les resultan eficaces.
- Trabajar aspectos básicos de las técnicas de trabajo intelectual y hábitos de estudio y personales saludables.
- Fomentar en el alumnado la asistencia activa a clase como variable facilitadora del éxito académico.
- Evaluar la actividad y la contribución personal a cada alumno/a.

Los contenidos que se van a tratar serán:

- Procrastinación (“El hábito de dejarlo para después”)
- Asistencia activa a clase
- Organización y planificación del tiempo
- Técnicas de trabajo intelectual
- Higiene del sueño
- Alimentación saludable