

Extraído de IES Alyanub

<http://iesalyanub.es>

# Preparados para el gran día

- Novedades -

Publicado el Martes 19 de febrero de 2019

**Descripción:**



## HORARIO DE LA JORNADA PREPARANDO RETOS

Vera, 26 de febrero de 2019

Hora prevista	Actividad
	Los 50 alumnos participantes se dividirán en tres equipos; el orden de las actividades variará según el día de desarrollo
A las 8h	Recepción, Entrega del material
De 8:30 a 9:10h	Plenario <b>"Hoy empieza todo"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Jorge Olivares (Profesor de FOL IES Alyanub)
De 9:10 a 9:40h	Taller 1 <b>"Qué pasaría si...¿ya no me preocupara?"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Maribel Soriano (Profesora PT IES Alyanub, Máster PNL)
De 9:40 a 10:30h	Plenario <b>Yoga</b> a cargo de D <sup>o</sup> Alberto San Juan (Profesor yoga iYogur)
De 10:30 a 11:15h	Plenario <b>Desayuno sano</b> a cargo de <b>"Alimentación Sana"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Ana Salgado (Psicóloga, responsable sanitaria del proyecto Formajoven)
De 11:15 a 12:45h	Taller 2 <b>"Mindfulness"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Marta Garrido (Coach y terapeuta)
	Taller 3 <b>"Plantea objetivos de éxito"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Angles López (profesora de matemáticas IES Alyanub, profesora de Educación (Innovación))
	Taller 4 <b>"Psicología para desafíos"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Angles Moreno (investigadora de informática IES Alyanub, Experta Universitaria en Educación Conciencia)
De 12:45 a 13:30h	Plenario <b>"Consigue tu sueño"</b> a cargo de D <sup>o</sup> Iker Urrutzi (ex jugador de la ACB, entrenador del UPEL)
De 13:30 a 14h	Plenario <b>Clausura y valoración de la jornada</b> a cargo de D <sup>o</sup> Isabel Parra (coordinadora IES Alyanub, responsable educativa del programa Formajoven)

