



# Irakurketa- estrategiak Mindfulness edo arreta osoarekin uztartuta



**16.Jun - 17.Jun 2016**

**Cód. 272-16**

**Mod.:**

Presencial

**Edición**

2016

**Tipo de actividad**

Taller

**Fecha**

16.Jun - 17.Jun 2016

**Ubicación**

Palacio Miramar

**Idiomas**

Euskera

**Validez académica**

20 horas

**DIRECCIÓN**

**Virginia Belategi Azpiri**, erain Hezkuntza Integrala, kudeatzaile

**Comité Organizador**

Fundación  
BBVA



# Descripción

## Objetivos

Irakurketak eskatzen dituen estrategia kognitibo, metakognitibo eta motibazionalerantz jabetzea, ikasleek testu idatziak hobeto ulertzeko baliabideak eskura ditzaten, eta baliabide horiek era egokian erabiltzeko estrategiak gara ditzaten, testu-motaren eta eginkizunaren arabera.

Arreta oinarrizko baliabidez hartuta, gelan Mindfulness ildoko ariketak praktikatzeko arreta eta barne lasaitasuna lantzeko, eta horiek irakurketarekin uztartzeko bideak jorratzea.

Erlaxazio eta kontzentrazio ariketak praktikatzeko ondorioz, gela barruko giroa lasaitu eta hobetzea.

Ikaslea hartzaile izatetik, edukien sortzaile bihurtzea, irakurketa prozesuaz ahalduntzeko tresnak eskainiz.

## Colaboradores específicos del curso



# Programa

## 16-06-2016

09:00 - 09:30	“Tallerraren aurkezpena” <b>Virginia Belategi Azpiri</b>
09:30 - 09:45	Erlaxazio/kontzentrazio ariketa
09:45 - 10:15	Irakurketa-prozesuan parte hartzen duten gaitasun kognitiboak. Ariketa praktikoa
10:15 - 11:30	Arretaren garrantzia irakurketan eta eskolako jardueran. Mindfulness-aren oinarri teorikoak eta ariketa praktikoa
11:30 - 12:00	Pausa
12:00 - 13:00	Arnasketa: funtzioa eta motak. Arnasketa sakonaren praktika.
13:00 - 14:00	Arreta gelan lantzeko ariketa laburrak
14:00 - 16:00	Pausa
16:00 - 16:15	Erlaxazio/kontzentrazio ariketa
16:15 - 16:45	Pertzepzioa zorrozteko eta begiak indartzeko ariketak. Gorputzaren garrantzia ikasgelan
16:45 - 17:45	Irakurketa azkarra: azalpen teorikoa eta praktika.
17:45 - 18:00	Epe laburreko memoria bultzatzeko ariketak
18:00 - 19:00	Epe luzeko memoria. Testuak barneratzeko estrategiak: laburpenak, eskema-motak (taulak, fluxu-diagramak, buru-mapak...) eta funtzioak

## 17-06-2016

09:00 - 09:15	Erlaxazio/kontzentrazio ariketa
09:15 - 10:00	Esanahia eraikitzen: testuak prozesatzeko jarraibideak (irakurri aurretik/bitartean/ondoren)
10:00 - 11:30	Estrategia metakognitiboak. Ikasleak prozesuaz jabetzea: ikasle onaren kontzeptutik ikasle kontzienteak bilatzera.
11:30 - 12:00	Pausa
12:00 - 13:00	Motibazioa. Aurreiritziak, autoirudia eta ikasleen ahalduntzea lantzeko irudikatzeak (bisualizazio) eta ariketa praktikoa.

13:00 - 13:45

---

Erlaxazio-ariketak gidatzeko zenbait aholku eta praktika pertsonala

---

13:45 - 14:00

Ikastaroaren balorazioa eta itxiera

---

## Dirigido por:



### **Virginia Belategi Azpiri**

erain Hezkuntza Integrala, kudeatzaile

---

Komunikazio Ikasketetan graduatua. Arrisku Psikosozialen Prebentziorako goi-mailako teknikaria. Gestalt Terapian eta Talde Dinamikan trebatua, PNLn Master Practitioner eta EFTn trebatua. TREVA Programako trebatzailea. Mindfulness eta Hezkuntza Kontzientean Unibertsitate Especialista. Ikasteko zailtasunetan eta AFNHan Unibertsitate Aditua. Kontsulta psikoedukatioa, Durangon.

## Precios matrícula

<b>MATRICULA</b>	<b>HASTA 31-05-2016</b>	<b>HASTA 08-07-2016</b>
GENERAL	60,00 EUR	70,00 EUR
<a href="#">MATRÍCULA REDUCIDA</a>	35,00 EUR	46,00 EUR
<a href="#">REDUCCIÓN APRENDER PARA ENSEÑAR</a>	35,00 EUR	46,00 EUR
<a href="#">EXENCIÓN DE MATRÍCULA</a>	20,00 EUR	20,00 EUR
<a href="#">MATRÍCULA ESPECIAL</a>	-	35,00 EUR
<a href="#">PG 272-16</a>	-	0 EUR

# **Lugar**

## **Palacio Miramar**

Pº de Miraconcha nº 48. Donostia / San Sebastián

Gipuzkoa