



# Irakurketa- estrategiak Mindfulness edo arreta osoarekin uztartuta



**Eka. 16 - Eka. 17 2016**

**Kod. 272-16**

**Mod.:**

Aurrez aurrekoa

**Edizioa**

2016

**Jarduera mota**

Tailerra

**Data**

Eka. 16 - Eka. 17 2016

**Kokalekua**

Miramar Jauregia

**Hizkuntzak**

Euskara

**Balio akademikoa**

20 ordu

**Antolakuntza Batzordea**

Fundación  
BBVA



# Azalpena

## Ikastaroaren laguntzaile espezifikoak



HEZKUNTZA, HIZKUNTZA POLITIKA  
ETA KULTURA SAILA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,  
POLÍTICA LINGÜÍSTICA Y CULTURA

# Programa

## 2016-06-16

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	Atsedena
12:00 - 13:00	Arnasketa: funtzioa eta motak. Arnasketa sakonaren praktika.
13:00 - 14:00	Arreta gelan lantzeko ariketa laburrak
14:00 - 16:00	Atsedena
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

## 2016-06-17

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	Atsedena
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

---

## Zuzendaritza



### **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.

## Matrikula prezioak

<b>MATRIKULA</b>	<b>2016-05-31 ARTE</b>	<b>2016-07-08 ARTE</b>
OROKORRA	60,00 EUR	70,00 EUR
<a href="#">MATRIKULA MURRIZTUA</a>	35,00 EUR	46,00 EUR
<a href="#">IRAKASTEKO IKASTEN MURRIZPENA</a>	35,00 EUR	46,00 EUR
<a href="#">MATRIKULA EXENTZIOA</a>	20,00 EUR	20,00 EUR
<a href="#">MATRIKULA BEREZIA</a>	-	35,00 EUR
<a href="#">PG 272-16</a>	-	0 EUR

# **Kokalekua**

## **Miramar Jauregia**

Mirakontxa pasealekua 48, 20007 Donostia

Gipuzkoa