



Nº 90 CC SAN VICENTE DE PAÚL, BENAVENTE

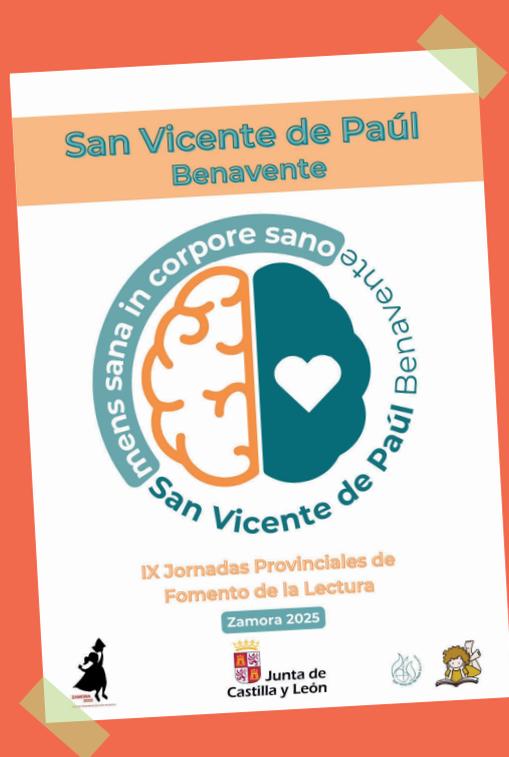
MENS SANA IN CORPORE SANO

DESCRIPCIÓN:

El Plan de Lectura de nuestro centro “Mens Sana in Corpore Sano” puede ser una excelente manera de promover tanto la salud mental como la física a través de la literatura.

Se trata de un proyecto de centro que pretende crear, fomentar y potenciar hábitos saludables tanto a nivel físico como a nivel mental. Y es que, dentro del Plan de Lectura, entendemos que un relato, un libro, una historia puede cambiarnos la vida y favorecer nuestro desarrollo personal.

“Mens Sana in Corpore Sano” no solo promueve el hábito de la lectura, sino que también integra prácticas de bienestar físico y mental, ofreciendo a los participantes una experiencia holística que puede mejorar su calidad de vida. Este enfoque integral es especialmente relevante en un mundo donde el estrés y el sedentarismo son comunes, proporcionando herramientas prácticas para un estilo de vida más saludable y equilibrado.



ACTUACIONES A DESTACAR:

Taller de calle en el centro: Taller Nº 36
– Corre que se acaba el tiempo

OBJETIVOS:

Hacer de la lectura un medio que permita desarrollar el hábito lector y que sea vehículo para mejorar los niveles de comprensión lectora y acceder a otros aprendizajes.

Fomentar la lectura individual para pasar de la automatización lectora a la comprensión lectora.

Mejorar las competencias comunicativas de los estudiantes.

Potenciar las intervenciones y opiniones de los alumnos con respeto y espíritu crítico.

Temática:

Alimentación.

Higiene.

Emociones, conducta,
actitud.

Ejercicio.

+ INFORMACIÓN
EN LA WEB DEL CENTRO

