Global Be Well Day COGNITA

SEDES ALICAHUE Y SANTA IRENE

FACTOR MENTAL

Hacer

ACTIVIDAD LUNES 21 DE SEPTIEMBRE

Video en relación al cuidado del cerebro: En esta oportunidad, crearon esta cápsula para enseñar a sus estudiantes cómo cuidar el cerebro y qué actividades se pueden realizar para retrasar el envejecimiento cerebral.

Durante la primera conexión cada curso comentará sobre la importancia de este tema.

FACTOR MENTAL

Conectar

ACTIVIDAD MARTES 22 DE SEPTIEMBRE

Video Es bueno hablar: A días de celebrar un nuevo Global Be Well Day, nuestros docentes de Sede Unificada les enseñan a sus estudiantes la importancia de conectarnos y comunicarnos.

Durante la primera conexión cada curso comentará sobre la importancia de este tema.

FACTOR FÍSICO

Sueño

ACTIVIDAD MIÉRCOLES 23 DE SEPTIEMBRE

Compromiso Global Be Well Day

Se revisarán nuevamente los videos preparados para nuestros estudiantes sobre el sueño, vida saludable, el cerebro y es bueno hablar.

Cada alumno y alumna escribirá un compromiso relacionado al tema que va a trabajar durante el resto del año.

ACTIVIDAD JUEVES 24 DE SEPTIEMBRE

10:30 a 11:00: Clase de zumba.

GLOBAL BE WELL DAY VIERNES 25 DE SEPTIEMBRE

FACTOR FÍSICO

Ejercicio

10:00 a 11:00
Desayuno saludable
Videos sobre el bienestar

12:00 a 13:00
Se desarrollarán actividades con participación de padres y apoderados

Los profesores jefes estarán junto a sus alumnos y alumnas, durante toda la jornada.

FACTOR FÍSICO

Alimentación