

# Alcanza tus metas A TOPE

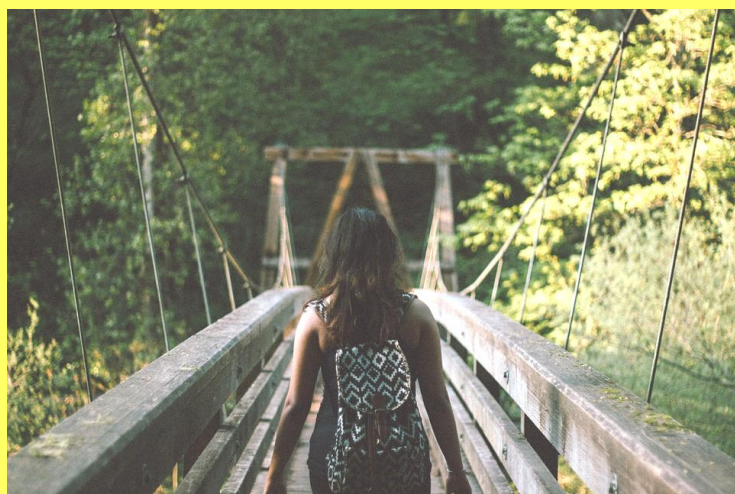
Objetivos de la actividad:

- Generar motivación y afrontar retos en las actividades escolares: planificación, gestión del tiempo, regulación del estrés.
- Encontrar habilidades de comunicación y relación, ¿cómo puedo sacar el mejor partido a mis palabras?
- Conocer estrategias para la toma de decisiones y poder personal.
- Mejorar sus resultados: preparación para situaciones que me generan estrés.
- Mejorar su rendimiento a través del trabajo en equipo.

## Grupo

Cursos:	1º y 2º Bachillerato
Días por semana:	Viernes
Duración:	3 h/semana + 4 horas una vez al mes fuera del centro.
Horario:	De 16:05 a 19:00h
Nº alumnos/as:	Entre 3 y 7
Actividades:	Automotivación Plantear metas y conseguirlas Iniciativa y espíritu emprendedor Regulación emocional Relaciones sociales
Precio actividad:	120 €/mes

La actividad incluye una actividad 1 vez al mes de 4h fuera del centro, generalmente son los domingos. Realizamos tareas de team building, cohesión de equipo y formaciones en función de la oferta.



Información e inscripción: Secretaria del centro  
De 9.00 a 11,00 horas y de 14,30 a 16,00 horas

