

Workshop prático e mindful

No dia 29 do mês de novembro do ano de 2023, realizou-se uma atividade na Biblioteca Escolar da ES Viriato, no âmbito da Educação para a Cidadania e Desenvolvimento com a organização dos alunos e diretor de turma do 12º ano, turma P3. O Workshop **“Como iniciar as aulas em tranquilidade”**, sob a orientação do professor Pedro de Freitas contou com a presença de 14 professores e 20 alunos. Teve como objetivos dotar os alunos de técnicas que lhes permitam iniciar as aulas de forma serena, promover estados de foco e concentração nos alunos e acabar com o burburinho inicial das aulas, rentabilizando o processo de ensino-aprendizagem-avaliação.



Obrigado a todos os presentes.