



AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO we WROCŁAWIU
Katedra Nauk Humanistycznych i Promocji Zdrowia,
Zakład Promocji Zdrowia i Technik Relaksacyjnych,
Zakład Psychologii, Podyplomowe Studia Technik Relaksacyjnych
oraz Podyplomowe Studia Psychosomatycznych Praktyk Jogi
we współpracy ze Stowarzyszeniem Trenerów i Praktyków Relaksacji „Przestrzeń”

zapraszają na
seminarium praktyczno-metodyczne

JOGA W SZKOLE

które odbędzie się na terenie Uczelni,
„Zameczek”, ul Rzeźbiarska 4
w dniach
30. 05. – 31. 05. 2015



Założenia seminarium:

Zdając sobie sprawę w wyzwań i dylematu ucznia współczesnej szkoły oraz sygnałów płynących ze środowiska nauczycielskiego oraz rodziców, chcielibyśmy podjąć praktyczne działania na rzecz włączenia niektórych, najbardziej przydatnych praktyk jogi w środowisku szkolnym.

Uczestnicy seminarium w ramach opłaty konferencyjnej będą mieli możliwość wzięcia udziału nie tylko w wykładach i prezentacjach, ale też w warsztatach, prezentujących metody pracy z dziećmi i młodzieżą szkolną.

Warsztaty poprowadzą wykwalifikowani trenerzy i nauczyciele.

Celami naszego seminarium są:

- stworzenie forum dla wymiany praktycznych rozwiązań i propozycji konkretnych scenariuszy lekcji w wykorzystaniem ćwiczeń jogi,
 - wymiana poglądów przedstawicieli różnych dyscyplin reprezentujących odmienne perspektywy,
 - zawiązanie się grupy wsparcia dla tworzenia konstruktywnych programów z wykorzystaniem technik relaksacyjno-koncentrujących oraz jogi w środowisku szkolnym
-

Adresaci seminarium:

Do udziału w konferencji zapraszamy nie tylko nauczycieli, dyrektorów szkół, pedagogów czy ekspertów jogi, ale też zainteresowanych tą problematyką przedstawicieli nauk humanistycznych, społecznych i medycznych.

Zakres konferencji obejmuje następujące zagadnienia:

- Ćwiczenia jogi, a uważność
 - Ćwiczenia inspirowane jogą, a umiejętności koncentracji
 - Radzenie sobie ze stresem i negatywnymi emocjami
 - Napięcia fizyczne i wady postawy, a świadomość ciała
 - Relaksacja dla umysłu na lekcji
 - Dyscyplina i samokontrola w jodze
 - Propozycje sekwencji asan dla dzieci szkolnych
 - Kompetencje nauczycieli i instruktorów jogi
-

Praktyczne informacje:

- Opłata seminaryjna – 300 złotych. Opłata obejmuje udział w sesjach naukowych, materiały konferencyjne, dwa obiady, catering podczas przerw. Istnieje możliwość zarezerwowania noclegu. Koszt noclegu pokrywa uczestnik konferencji.

- Osoby zgłaszające prowadzenie warsztatu są zwolnione z opłat, po zaakceptowaniu scenariusza warsztatu przez przewodniczącego komitetu naukowego seminarium.

- Termin wstępnych zgłoszeń (wykłady, doniesienia naukowe oraz scenariusze warsztatów) – przedłużony zostaje do 10 maja 2015. Formularze zgłoszeniowe wraz ze streszczeniami w języku polskim (maksymalnie 250 słów) należy przysyłać, wyłącznie drogą elektroniczną, na adres Komitetu Organizacyjnego:

krystyna.boron-krupinska@awf.wroc.pl lub: katarzyna.torzynska@awf.wroc.pl

Wpłaty do 10 maja na konto:

42 1060 0076 0000 3210 0014 7743 BPH o/Wrocław z dopiskiem 4404

Szczegółowy program, tylko uczestnikom seminarium zostanie przesłany do 20 maja 2015 r.

Program ramowy seminarium

sobota 30.05

- godz. 9:30 rejestracja uczestników, AWF, Zameczek, ul Rzeźbiarska 4
- godz. 10.00 - 11.30 Wykład wprowadzający w tematykę seminarium
„Czy ćwiczenia inspirowane jogą mogą znaleźć swoje miejsce w polskiej szkole?”
- pytania i dyskusja otwierająca seminarium
- godz. 11.30 – 13.00 Warsztat I „Ćwiczenia jogi, a uważność w środowisku szkolnym”
(w jednej grupie dla wszystkich)
- godz. 13.00 Przerwa na ciepły posiłek (catering) – osobne zamówienia
- godz. 14.30 – 16.30 Prezentacje i doniesienia, wcześniej zgłoszonych prac. cz. I
- godz. 16.45 – 18.15 Warsztat II „Relaksacja dla umysłu w czasie lekcji szkolnych”
Warsztat III „Zrelaksuj się trenerze, nauczycielu, instruktorze”
(z podziałem na dwie grupy)
- godz. 18.15 – 19.00 Podsumowanie I dnia seminarium

niedziela 31.05

- godz. 10.00 - 11.00 Wykład „Kompetencje nauczycieli i instruktorów jogi w pracy z dziećmi i młodzieżą”
- godz. 11.15 – 12.45 Warsztat IV „Twórczość w praktyce jogi”
(w jednej grupie dla wszystkich)
- godz. 12.45-14:30 Przerwa na ciepły posiłek (catering)
- godz. 14.30 – 16.00 Prezentacje i doniesienia, wcześniej zgłoszonych prac. cz. II
- godz. 16.15 – 17.45 Warsztat V „Napięcia fizyczne i wady postawy, a świadomość ciała”
Warsztat VI „Ćwiczenia inspirowane jogą, a umiejętności koncentracji”
(z podziałem na dwie grupy)
- godz. 17.45 – 18.30 Podsumowanie II dnia i całego seminarium

P A T R O N I M E D I A L N I

PRZESTRZEN
stowarzyszenie trenerów i praktyków relaksacji

YOGA
& AYURVEDA

Komitet Naukowy:**Przewodniczący:**

dr hab. Lesław Kulmatycki, prof. nadzw. (AWF Wrocław)

Zastępczyni honorowa:

dr hab. Joanna Kruk-Lasocka, prof. nadzw. (DSW Wrocław)

Członkowie Komitetu Naukowego:

prof. dr hab. Leszek Koczanowicz (AWF Wrocław)

prof. dr hab. Andrzej Szmajke (AWF Wrocław)

dr Krystyna Boroń-Krupińska (AWF Wrocław)

dr Katarzyna Salamon-Krakowska (AWF Wrocław)

dr Magdalena Karciarz (DSW Wrocław)

Komitet Organizacyjny:**Przewodnicząca:**

dr Krystyna Boroń-Krupińska (AWF Wrocław)

Zastępczyni przewodniczącej:

dr Magdalena Karciarz ((DSW Wrocław)

Członkowie:

mgr Katarzyna Torzyńska (AWF Wrocław)

mgr Piotr Jodko

