

Centrum celoživotního vzdělávání - zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Pardubického kraje

Mozartova 449, 530 09 Pardubice, tel. 466 536 530
E-mail: info@ccvpardubice.cz Web: http://www.ccvpardubice.cz IČO 750 61 074

POZVÁNKA NA VZDĚLÁVACÍ AKCI

Vážená paní, vážený pane, dovoluujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 1111161 Ve zdravém těle zdravý DECH, která je doporučena pro všechny pedagogické pracovníky škol a školských zařízení.

11 Člověk a zdraví (tělesná výchova, výchova ke zdraví)

1111161	Ve zdravém těle zdravý DECH
Doporučeno pro:	všechny pedagogické pracovníky škol a školských zařízení
Termín konání:	1. prosince 2025 od 09:00
Rozsah:	6 vyučovacích hodin
Místo konání:	CCV Pardubice, Mozartova 449, Polabiny
Spojení:	
Lektor:	Mgr. Helena Vacková, speciální pedagog
Garant za CCV:	Leona Mašková
Tematická náplň:	Ve zdravém těle zdravý DECH, aneb jak způsob každodenního dýchání ovlivňuje vývoj dítěte a jeho život v dospělosti. Cvičení Butekovy metody dýchání, myofunkční terapie a metody Body Breath Mind v praxi. Účastníci se seznámí s teorií a praxí ohledně funkčního a nefunkčního dýchání. Tomuto tématu se obecně ve společnosti věnuje velmi málo pozornosti. Dech se většinou bere jako samozřejmost. Každodenně se nadechneme a vydechneme 10 000 - 25 000. Způsob dýchání přitom zásadně ovlivňuje náš celý život. Dopady nefunkčního dýchání v dětském věku se negativně projeví ve vývoji dítěte a i v pozdějším, dospělém životě, také na jeho zdraví. Míra okysličení organismu, cirkulace krve a průchodnost dechových cest se podílí na tom, jaký má dítě spánek, kraniofaciální vývoj, vývoj dentice, kognitivní vývoj, imunitu... Nefunkční dýchání naopak napomáhá vzniku ADD, ADHD, SPU, vadného postojů těla, poruch trávení atd. Kvalita dechu v dětství určuje směr našeho mentálního a fyzického vývoje. Účastníci získají teoretické a praktické znalosti, jak se naučit základy funkčního dýchání a jak k tomu vést děti. Všechna cvičení si vyzkouší přímo na sobě. Lektorka seznámí účastníky s fyziologií dechu, s dechovými technikami, s myofunkčními cviky, s metodikou motivace a vedení dítěte. 1) Proč je důležité správně dýchat 2) MUDr. Konstantin Buteko a jeho výzkum 3) Rozdíl mezi funkčním a nefunkčním dechem 4) Fyziologie funkčního dechu. 5) Jak naučit děti správně dýchat 6) Různé dechové techniky 7) Motivace dítěte 8) Vedení dítěte Osvěta, praktické techniky pro učitele, primární logopedická prevence.
Akreditace:	
Účastnický poplatek:	1500 Kč
Poznámka:	

V případě zájmu o uvedenou akci vyplňte, prosím níže přiloženou přihlášku a zašlete ji obratem na e-mailovou adresu nejpozději do uzávěrky přihlášek.

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA

1111161 Ve zdravém těle zdravý DECH

Jméno, příjmení, titul:

Datum narození:

Místo narození:

Kontakt na přihlášeného účastníka:

Název, adresa školy, šk. zařízení:

IČO:

Telefon, e-mail školy:

Platba: v hotovosti / na fakturu

Přihlašovat se můžete odesláním této vyplněné přihlášky e-mailem nebo přímo na stránkách www.ccvpardubice.cz, kde najdete uvedenou akci v databázi školení pod odkazem "**11 Člověk a zdraví (tělesná výchova, výchova ke zdraví)**"

Počet míst na semináři je omezen kapacitou učebny, v případě překročení kapacity rozhoduje o zařazení mezi účastníky datum přijetí přihlášky.

Seminář proběhne v případě naplněné potřebné kapacity k uskutečnění semináře.

Při neúčasti nebo zrušení účasti po uzávěrce se zavazujeme uhradit účastnický poplatek.

Vyplněním přihlášky souhlasím se zavedením do evidence účastníků vzdělávacích akcí (podle zák. č. 101/2000 Sb.).

.....
Razítko a podpis ředitele