

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. 1644461 Práce s úzkostným žákem aneb jak na techniky mindfulness?, která je doporučena pro učitele 1. st. ZŠ, vychovatele ŠD.

16 Pedagogické, didaktické a psychologické vzdělávání

1644461	Práce s úzkostným žákem aneb jak na techniky mindfulness?
Doporučeno pro:	učitele 1. st. ZŠ, vychovatele ŠD
Termín konání:	18.března 2026 od 09:00
Rozsah:	8 vyučovacích hodin
Místo konání:	Špindlerova 1167, Ústí nad Orlicí
Spojení:	
Lektor:	Mgr. Alena Vlková, Rainbow ring s.r.o.
Garant za CCV:	Michaela Boková
Tematická náplň:	„Mindfulness znamená věnovat pozornost určitým způsobem: záměrně, v přítomném okamžiku a bez posuzování.“ Vědecké důkazy o příznivém vlivu mindfulness rostou. Studie ukazují, že mindfulness příznivě ovlivňuje jak naše tělesné, tak i duševní zdraví. Výsledky studií prokázaly například: • Vyšší odolnost vůči stresu a lepší zvládnání emočně náročnějších situací • Snížení úzkosti a deprese, rozvinutější schopnost empatie • Zlepšení spánku a tím lepší paměť či imunitu • Vyšší koncentraci pozornosti a tím lepší schopnost učit se Účastníci workshopu: ☐ se naučí jak efektivně využít relaxačních technik a technik mindfulness k rozvoji složek pozornosti a tím nejen zvýšit například rozsah pozornosti, ale i zlepšit duševní pohodu u dětí. Zaměříme se na techniky vhodné do třídnických hodin i k využití do jakékoliv vyučovací hodiny ☐ prakticky si vyzkouší různé techniky a ukážeme si jak u dětí efektivně trénovat např. zrakovou a sluchovou pozornost a efektivně a zábavně trénovat odolnost dětí. Vyzkoušíme si techniky na zvládnání úzkosti u dětí a jak dlouhodobě pracovat s úzkostí ve třídě. Seznámíme se se zajímavými didaktickými hrami a odnesete si pracovní listy pro okamžité použití ve třídě.
Akreditace:	
Účastnický poplatek:	2000 Kč
Poznámka:	Vzdělávací program je možné hradit ze Šablon OP JAK.

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

1644461 Práce s úzkostným žákem aneb jak na techniky mindfulness?

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 "**16 Pedagogické, didaktické a psychologické vzdělávání**"

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