

Vážená paní kolegyně, vážený pane kolego,
dovolujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 2-08-1-03, která je určena učitelům ZŠ a SŠ, vychovatelům školských zařízení, pedagogům volného času a asistentům pedagoga

Pohybem k psychickému uvolnění

- Termín a místo konání:**

1. prosinec 2021, 9:00 - 14:30 hodin, Malé náměstí 158, Trutnov

- Obsah:** Nabídka praktických cvičení pro odbourání psychické zátěže pomocí pohybu a jak si udržovat optimální zdraví a duševní pohodu. Ukázky cviků a pohybových aktivit budou doprovázeny odbornými radami lektorky k možnostem jejich využití ve výuce, s ohledem na věkové a vývojové odlišnosti jednotlivých cílových skupin žáků. Význam pohybových aktivit při tlumení příčin a odstraňování důsledků stresových situací a možnosti jejich realizace. Dechová cvičení, ukázky vybraných dechových sestav. Cvičení s pěnovými míčky. Další ukázky vybraných cviků k uvolnění (na židli a na podložce).
- Lektor:** Eva Otavová
- Garant programu:** Ing. Stanislava Stierandová
- Účastnický poplatek:** Účastnický poplatek ve výši 1 200 Kč bude uhrazen na základě vystavené faktury, která bude zaslána po uskutečnění akce na e-mail školy. V případě jakýchkoliv specifických požadavků na platbu pište na email herman@kkivi.cz.
- Uzávěrka přihlášek:** 24. listopad 2021
- Program je v akreditačním řízení.**
- Doporučené spojení:** Z vlakového nádr. se dát vlevo po chodníku u hlavní silnice. Po cca 200 m přejít silnici k řece a přes most přímo před budovu Obchodní akademie. Od autobus. nádraží k řece, podél vody ve směru toku dojít po promenádě k Obchodní akademii (cca 500 m)..
- Poznámka:** S sebou přineste podložky, přezůvky a vhodný oděv na cvičení..

Zařazení na akci nepotvrzujeme - pokud zájemci neobdrží další sdělení, je závazně počítáno s jejich účastí!

Závazná přihláška na vzdělávací akci číslo 2-08-1-03		
Pohybem k psychickému uvolnění		
Termín akce: 1. prosinec 2021		
Jméno a příjmení, titul:		Datum a místo narození:
Název školy (vč. PSČ):	IČO školy:	Telefon, E-mail:
Adresa bydliště (vč. PSČ):		Telefon, E-mail:
Způsob platby: a) v hotovosti b) bankovní převod (předem) c) fakturace (předem)		

- Pokud nevyplníte datum narození, riskujete, že nebude správně identifikována Vaše platba
- Potvrzujeme, že jsme se seznámili s platnými Podmínkami pro přihlašování a účast na vzdělávacích programech a souhlasíme s nimi. Bereme zejména na vědomí, že jsme v případě neúčasti nebo zrušení přihlášky po uzávěrce povinni uhradit stanovený účastnický poplatek v plné výši.

V

dne

Souhlas vedení školy (podpis, razítko):

Podpis přihlášeného: