

Vážená paní kolegyně, vážený pane kolego,
dovolujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 1-08-1-03, která je určena učitelům MŠ, 1. stupně ZŠ a vychovatelům ŠD

Jóga s prvky všímavosti

- Termín a místo konání:**

9. prosinec 2022, 9:00 - 13:00 hodin, Štefánikova 566, Hradec Králové

- Obsah:** Prožitkový seminář s prvky mindfulness. Vyzkoušení dechových technik - všímavá pozornost dechu, těla a vnímání našich smyslů pomocí her zaměřených na rozvoj všímavosti u dětí uvSeznamování na večírku, Spící obr, Hora a další průpravná cvičení. Motivace příběhem. Cvičení na podporu pružnosti páteře, správného držení těla, jógové hry na spolupráci ve skupině dle jógových karet. Dechové a relaxační techniky na uvolnění napětí, práce s myšlenkami, pocity a emocemi. Špagetový test.
- Lektor:** Kateřina Tomíčková
- Garant programu:** Jana Svatá
- Účastnický poplatek:** Účastnický poplatek ve výši 1 000 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:** 02. prosinec 2022
- Program je akreditován MŠMT ČR - č.j. MSMT-5831/2022-3-386.**
- Doporučené spojení:** Školské zařízení pro DVPP KHK se nachází ve 2. patře pravého zadního pavilonu ZŠ Štefánikova ul. na Moravském předměstí. Od terminálu HD z nástupiště D2 linkou MHD č. 24 , vystoupit na zastávce HVĚZDA (11. zastávka od terminálu, 10. od vlak. nádraží) nebo č. 9 (8. zastávka od terminálu, 7. od vlak. nádraží), projít areálem prodejny směrem k ZŠ, před schody k hlavnímu vchodu do ZŠ zabočit doprava, pokračovat stále podél plotu směrem k SpŠ pro sluchově postižené a Metropolitní univerzitě, u domku ve školní zahradě zabočit vraty doleva a pokračovat po chodníku ke vchodu do pavilonu po pravé straně. Od vchodu do pavilonu rovně ke schodům, vyjít do 2. patra a dát se doprava. Od areálu HVĚZDA je cesta značena 2 směrovkami (stejně jako k Metropolitní univerzitě, která sídlí o patro níže).
- Poznámka:** S sebou přineste pohodlné oblečení, podložku na cvičení a pastelky..

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

Závazná přihláška na vzdělávací akci číslo 1-08-1-03		
Jóga s prvky všímavosti		
Termín akce: 9. prosinec 2022		
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: