



Spolufinancováno
Evropskou unií



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Srdečně zveme všechny zástupce MŠ, ZŠ, ZUŠ, SVC na online vzdělávací akci

WELLBEING PRO PEDAGOGICKÉ PRACOVNÍKY

Seminář je zaměřen na problematiku wellbeing a mindfulness pedagoga a proč je důležité tyto aktivity zařazovat do práce s žáky i svého denního programu. Účastníci se dozví, kdy a kde je může pedagog zařazovat. Jak tyto techniky přispívají k prevenci syndromu vyhoření u pedagogů. Jaké konkrétní aktivity můžeme k podpoře wellbeingu a rozvoji sociálních a emočních dovedností pedagogů ve školách realizovat.

Cílem semináře je vybavit pedagogy takovými informacemi a technikami, které jim pomohou zlepšit zvládání emocí, sociálních dovedností, zaměřování pozornosti, pracovní paměť a schopnosti plánování a organizování, zvýšit sebevědomí, pocit klidu a sebedůvěry, zlepšit kvalitu spánku ad. Pedagogové si během semináře prakticky na sobě vyzkouší sadu cvičení, která jim pomůže cítit se lépe. Aktivity však nebudou zaměřené jen na zvýšení schopností pedagogů, ale lektor pedagogům nabídne i techniky ihned využitelné pro praxi a výuku. Společně objeví způsob, jak lze tyto techniky začlenit do každodenního života, ale i výuky ve škole.

Na akci je potřeba se (do 16. 2.) přihlásit ["ZDE"](#)

Seminář je
bezplatný

Kde: Silesia
Golf Resort
Kravaře

Kdy: 19. 2. 2025
Čas: 8:30 - 15 h.

Lektoruje
Mgr. Jiří Halda

Seminář je realizován v rámci projektů:

Místní akční plán vzdělávání pro Hlučínsko východ IV CZ.02.02.XX/00/23_017/0008605

Místní akční plán vzdělávání pro Hlučínsko západ IV CZ.02.02.XX/00/23_017/0008606