

Mindfulness en el aula, curso online presencial

18 y 25 de julio de 2020, modalidad videoconferencia, precio: 95 euros

Como acompañar a los niños en su práctica de mindfulness

El mindfulness y el movimiento consciente (tipo yoga) se está extendiendo rápidamente en todo el mundo, también en el ámbito de la educación. Muchos educadores, docentes y psicólogos desean introducir mindfulness en sus clases o en su práctica, a menudo familiarizándose con contenidos mediante libros de referencia... Al iniciar la práctica muchas veces surgen preguntas y dudas, sobre los ejercicios o tus propias habilidades, puesto que el mindfulness trata de algo más que de esos contenidos.

Contenidos de la formación

Esta formación introductoria pretende ayudarte a poner en práctica y profundizar en los conocimientos que necesitas como educador para comenzar a cultivar el entrenamiento de la atención con niños y jóvenes de edades entre 3-14 años... y también en ti mism@. Trabajaremos las habilidades que necesitas como instructor(a) y practicaremos con ejercicios de atención, cuentos, movimientos y juegos para niños de diferentes edades.

¿Para quién?

Educadores, docentes y psicólogos que quieren trabajar el mindfulness en sus clases o en su práctica. No se precisa conocimientos previos. La formación no certifica para ejercer como instructor de mindfulness, es una formación introductoria. Se entregará un certificado de asistencia.

Requisitos tecnológicos

PC equipado con altavoz, micrófono y cámara de video. Conexión de Internet de alta velocidad. Comprobar que cumple con los requisitos de Zoom (llamada de prueba). No es recomendable usar dispositivos móviles (ni tablet, ni móvil).

Sobre los instructores

Elisenda Pallàs y Joost Scharrenberg están certificados en varios protocolos de mindfulness (MBSR, MBCT y Método Eline Snel) y Joost es profesor de kundalini yoga; durante 5 años han sido formadores de instructores, supervisores y miembros del equipo internacional de la Academy for Mindful Teaching del Método Eline Snel (mindfulness para niños y adolescentes).

FECHAS Y HORARIO

18 y 25 de julio de 2020
Tarde: 16:00-20:00h
Hora España (CET)

LUGAR

Online presencial
Zoom video conferencia
Desde cualquier país

IMPORTE

95 €

¿PARA QUÉ VENIR?

Experimentar mindfulness
Explorar tu motivación
Desarrollar habilidades
Aprender a modelar
Incorporar herramientas
Practicar con:

- Juegos atención
- Movimiento yoga
- Meditaciones
- Uso de cuentos

Base teórica mindfulness

CONTACTO SLOYU

Joost Scharrenberg
Email: joost@sloyu.com

INSCRIPCIONES ONLINE

<http://sloyu.com/aula>

