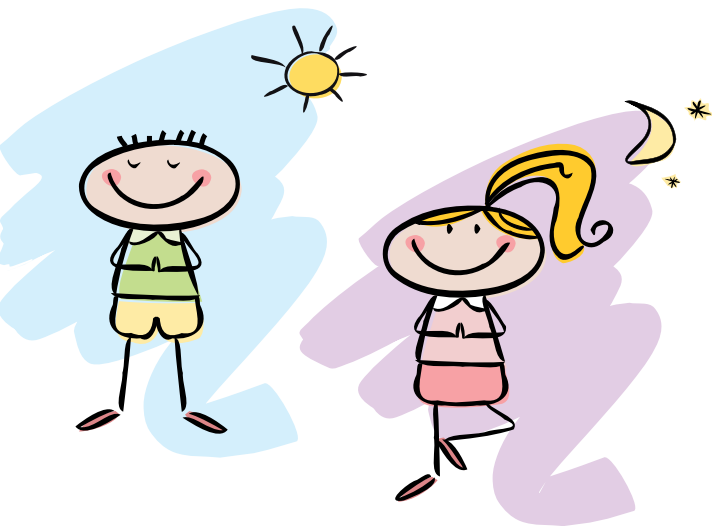




БЪЛГАРСКА ЙОГА АСОЦИАЦИЯ
BULGARIAN YOGA ASSOCIATION



Сертификационен курс по методологията на R.Y.E *

„Изследване на йога в образованието“

Радваме се да ви съобщим, че за първа година в Пловдив ще се проведе курса „Изследване на йога в образованието“. Курсът успешно се провежда за четвърта година в София, но за да може да се улеснят преподавателите от Южна България и поради големия интерес, тази година се организира такъв и в Пловдив. Целта на курса е да подпомогне работата на учителите и хората, активно занимаващи се с деца, като дава техники за улесняване на възприемането на учебния материал, създаване на хармонична атмосфера в класната стая, преодоляване на притеснението от изпити, повишаване на концентрацията и мотивацията на учениците, подобряване на взаимоотношенията и изграждане на взаимно уважение и доверие между учител и ученик, както и на децата помежду им.

Акцентът на курса е поставен върху лесно достъпни практики, които да се използват в процеса на занимание и обучение на децата от различните възрастови групи - от детската градина до университета.

Датите на обучението са следните:

25.02.2012 - 26.02. 2012

17.03. 2012 - 18.03. 2012

31.03. 2012 - 1.04. 2012

Избрани са почивни дни, за да не се налага да се откъсвате от процеса на преподаване. Заниманията се провеждат в посочените дни от 9.00 до 17.00 часа.

Програмата включва сутрешни йога практики, достъпни за всеки; лекции с 2 чай – паузи за деня (както и по- кратки паузи между отделните лекции), практически занимания и следобедна йога релаксация за край на заниманията.

Цената на курса е 150 лева, като в нея са включени чай – паузи и необходими материали за всеки участник.

По време на курса е необходимо да си водите записки. След всеки пореден модул има достатъчно време, за да усвоите и прилагате новите техники, и да видите ефекта от тях.

Записването става след подаване на попълнен формуляр за участие и заплащане на пълната такса.

Изисквания за записване към участниците:

- ▶ Учители, или хора, активно работещи с деца;
- ▶ Свидетелство за съдимост;
- ▶ Препоръка.



Сертификат се издава при следните условия:

100 % посещаемост на 6-те дена на обучение; В края на учебния период всеки участник предава доклад от 3 000 – 5 000 думи. В материала трябва да се включи опита по всяка една от темите, за да се покаже прилагането и разбирането на техниките; По време на обучението от курсистите се изисква да посещават курс по йога. Може да посещавате курсове на място, удобно за вас. Необходимо е в края на обучението да представите попълнена карта, че сте посетили курс по йога от 12 занимания.

Място на провеждане:

Гр. Пловдив
ул.„Райко Даскалов“ № 39 , ет. 3
Йога студио „Ом“
Тел: 02/ 9581 571
E-mail: rye@yogabg.com



Допълнителна информация за метода R.Y.E.



Мишелин Флак

Основател на метода през 1978 г. е Мишелин Флак, Франция – президент и учредител на R.Y.E.

Тя е международен консултант по Педагогически науки и работи в областта на образованието повече от 30 години. R.Y.E. се базира на древните йога традиции, но курсът не е с цел подготвяне на йога учители за деца.

R.Y.E. използва прости техники – упражнения, дишане, релаксация, концентрация и ефектите от прилагането им. През последните 20 години R.Y.E. асоциациите по света (в над 20 държави от Европа и Латинска Америка) работят активно в посока подобряване на учебната среда в класната стая, премахване на напрежението между учители и ученици, повишаване ефективността на учебния процес.

R.Y.E. се основава на 6 принципа, които могат да се превърнат в полезен инструмент и стабилна основа за модерното училище и непрекъснато променящите се нужди на децата.



Модулите на обучение са:

1. Обучение чрез тялото

Въведение в R.Y.E. техниките и теорията за тях.

2. R.Y.E техниките в класната стая

Прилагане на R.Y.E. техниките в различните възрастови групи и учебни програми.

3. Емоциите в класната стая

Изследване на начините за намаляване на напрежението в групата или класната стая чрез успокояване на атмосферата, така че да се повиши мотивацията, концентрацията и работата.

4. Подготовка за изпити

Практики, които помагат да се контролира стреса по време на изпити и допълнителни техники за повишаване на осъзнаването, концентрацията и самочувствието – трите основни условия за справяне с тестове, изпити, съревнования, интервюта.

5. Релаксация в класната стая

Разглеждане на лесно приложими техники за релаксация, които биха могли да се адаптират и в класната стая, базирани са на системно прилагане на йога-релаксация.

6. Йога и деца със специални нужди

Последните два дни от курса са насочени към изследване на използването на йога практики и ползата им за деца със специални нужди, но това е допълнителен, а не основен дял от обучението в курса.



БЪЛГАРСКА ЙОГА АСОЦИАЦИЯ
BULGARIAN YOGA ASSOCIATION

Някои от ползите от изучаването и прилагането на R.Y.E. техниките са:

- ▶ развиване на потенциалните способности у детето;
- ▶ изграждане на чувство за уважение и навици за слушане на себе си и другите;
- ▶ развиване на позитивни мисли и утвърждения;
- ▶ създаване на красиви мисловни картини под ръководството на преподавателя;
- ▶ поддържане на здраво тяло и ум - заздравяване и огъвквяване на една от най-важните части в човешкото тяло - гръбначния стълб и осъзнаване важността на правилна поза за седене или при извършване на други дейности;
- ▶ научава се как целенасочена физическа активност може да доведе и до спокойствие на ума;
- ▶ развиване на правилно дишане от най-ранна възраст;
- ▶ управление на стреса и регулиране на енергиите, тяхното насочване към положителното и креативното;
- ▶ увеличаване на възприемането и подобряване на ученето чрез игри за концентрация и баланс;
- ▶ увеличава удоволствието от ученето чрез въвеждането на елементи от различни предмети под формата на игра: география, история, математика и др.

Техниките на R.Y.E. са базирани на солидна основа и научен подход – лесно приложими и много ефективни.