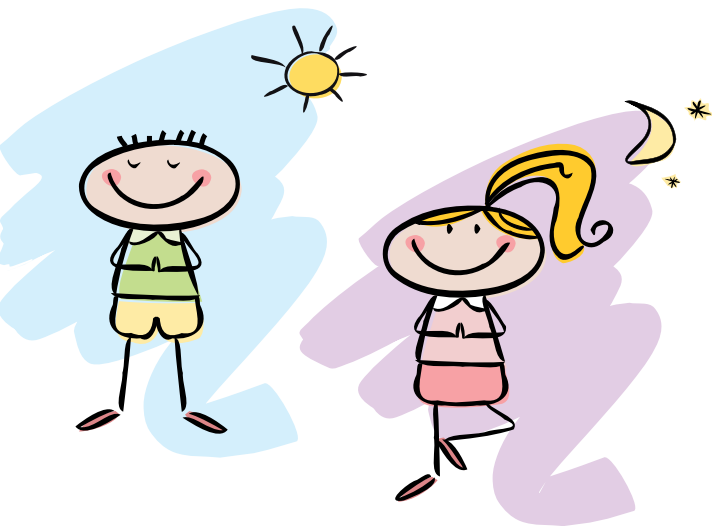




БЪЛГАРСКА ЙОГА АСОЦИАЦИЯ
BULGARIAN YOGA ASSOCIATION



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:

12.02.2012 - 19.02. 2012
11.03. 2012 - 22.04. 2012
27.05. 2012 - 10.06. 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;
- ▶ Застраховка за работа с деца.



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 от всеки един ден, за да се покаже прилагането и разбирането на техниките; По време на обучението от курсистите се изисква да посетят курс по йога. Може да се включите към специално организирани от БИА курсове по йога за преподаватели на преференциална цена. Може да посещавате и 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:

София, ж.к. Борово,
Ул. Родопски извор 43 А,
Йога център „Арадхана“, офис 1
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.