

**CURSO :****Técnicas para Mejorar el Bienestar del Docente y el Alumnado
Abril****Introducción**

Este curso pretende dar a conocer algunas prácticas que contribuyan a conservar la calma y que pueden servir de gran ayuda para reducir el estrés, la ansiedad, prevenir y disminuir los estados de nerviosismo que provocan los accidentes ocasionados en los alumnos. Preparará a los docentes ante diferentes situaciones para reaccionar con rapidez frente a las patologías de los posibles accidentes y enfermedades que se puedan ocasionar durante el periodo escolar.

Objetivos

- Atender a la respiración para contribuir a aliviar el estrés producido por situaciones imprevisibles.
- Atender a los sentidos para liberar tensiones proporcionando una sensación de bienestar.
- Atender al cuerpo y al pensamiento
- Atender las emociones para tomar conciencia plena
- Protocolos de actuación ante situaciones de Emergencias Pediátricas

Contenidos

- Introducción respiración y atención plena
- Atención a los sentidos
- Dinámicas de reconocimiento corporal
- Gestión emocional
- Prácticas de atención al pensamiento para el aula
- Urgencias en edad infantil :
- Tratamientos específicos en la edad infantil : intoxicaciones ,gastroenteritis, atragantamientos..

Metodología

Se llevará a cabo una metodología práctica, participativa, fomentando técnicas de relajación y prevención favoreciendo el bienestar de la Comunidad Educativa .

Destinatarios

Profesorado en activo de Centros sostenidos con fondos Públicos del ámbito de actuación del CPR de Brozas.

Lugar de celebración y horario

CEIP "Miguel P. de Rivera"

Alcántara

Días y Horario : 9,17 y 25 de abril de 2018
15:30 a 18:30 horas

Ponentes**María Arroyo Blázquez**

Coach. Profesional en Educación Transpersonal
Especialista en Pediatría
Ponente pendiente de Confirmar

Evaluación /Certificación

Curso teórico- práctico de **9 horas** de duración equivalentes a **1 créditos de formación**. Tendrán derecho a certificado todos los participantes que superen el 85% de asistencia (D.O.E 04/11/2000).

Inscripciones

El plazo de recepción de inscripciones termina el 8 de Abril La lista de admitidos se publicará el 9 de Abril en la web del CPR de Brozas:

<http://cprbrozas.juntaextremadura.net>

Inscripciones on line:

<http://inscripciones.educarex.es/index.php?id=62719>

El número mínimo de asistentes para la realización del curso será de 8 personas, siendo 25 el nº máximo de plazas ofertadas.

Asesor Responsable**Maria de la Luz Tejado Morán.**

Asesora del CPR de Brozas.

cprbro.asesoria1@edu.gobex.es

Telf: 927 018586

