CURSO

YOGA en el aula

El Yoga es una práctica muy antigua que dispone de una nutrida y amplia gama de técnicas que colaboran en el desarrollo corporal y psiquico de las personas,

El integrar de manera estratégica la práctica del Yoga en la experiencia grupal del aula, contribuye en el desarrollo grupal y personal de estudiantes y docentes. En especifico, puede colaborar en el desarrollo de procesos cognitivos, emocionales y grupales. **El curso trata sobre la formación de monitores internos de programas de Yoga adaptados a la experiencia escolar del aula en la escuela.**

OBJETIVOS

GENERAL

- Aportar en la gestión de la convivencia escolar, entregando elementos metodológicos de tecnologías yoguicas adaptadas al trabajo en el aula, orientada a mejorar el manejo de grupos de estudiantes, situaciones de estrés, agresión y ansiedad.

ESPECÍFICOS

- Comprender aspectos centrales y fundamentos de la práctica del yoga.
- Integrar tecnología yoguica en la experiencia de trabajo en aula.
- Utilizar las herramientas del yoga para construir relaciones más saludables con y entre los estudiantes.
- Construir plan de trabajo básico de desarrollo yoguico en el aula.

ECO VÍNCULO

WWW.ECOVINCULO.CL

225337903
+56962099846

La Parroquia 81, La Florida
Estación Vicente Valdés

PROGRAMA
FORMACIÓN DE MONITORES DE YOGA EN EL AULA

MÓDULO I	MÓDULO II	MÓDULO III	MÓDULO IV
Procesos respiratorios	Posturas y manejo energético	Meditación como herramienta en el aula	Desarrollo plan estrategico de programa de Yoga en el aula.
PRANAYAMA	Uso terapéutico de las posturas	Uso y proyección de la Voz	
Respiración y emocionalidad	Posturas y sistema nervioso	Desarrollo postural y proyección	
Enseñar a Respirar como herramienta en el aula	Ciclo de posturas como herramienta en el aula	Mantras como herramienta en el Aula	

Curso de 8 horas, dividido en 4 módulos de 2 horas semanales o quincenales.

PROPUESTA INCLUYE

- Profesional responsable del curso.
- Diplomas Aprobación.
- Materiales para la actividad.
- Documento con contenidos y bibliografía para cada participante.
- Informe (7-15 días, síntesis de la jornada, registros fotográficos, resultados obtenidos, sugerencias y propuestas)

PÚBLICO OBJETIVO

15- 30 trabajadores/as de institución escolar que requieran del servicio de capacitación.

FECHAS Y HORARIOS

La realización semanal de cada módulo, se coordina según disponibilidad de la escuela, colegio o liceo.

LUGAR

Se realiza en escuela, colegio o liceo que contrata los servicios.

COSTO

Por 30 participantes:
$ 700.000

www.ecovinculo.cl
capacitaciones@ecovinculo.cl