

PLAN DE FORMACIÓN 2018-2019

CONVOCATORIA DE ACTIVIDAD DE FORMACIÓN

Título:

“Atención plena (mindfulness) aplicada al aula”

Modalidad: Curso

Etapas: Segundo ciclo de Educación Infantil, Primaria y Secundaria

Dirigido a: Profesorado de Segundo Ciclo de Educación Infantil, Primaria y Secundaria

Convoca: CAP Tudela

Justificación:

La Atención Plena, o Mindfulness, es una técnica de concentración que podemos traducir como la focalización intencionada de la atención en el presente, sin juzgar ni valorar la experiencia, solo aceptándola. Es una técnica para llegar a la autogestión emocional a través de la respiración y la atención a los sentidos y los sentimientos.

Aplicada al aula, es una herramienta que ayuda a aprender a concentrarse y a motivarse, a aumentar el nivel de comprensión y responsabilidad.

Objetivos:

- Compartir las claves de la atención plena como práctica en la vida cotidiana del aula.
- Desarrollar mayor empatía con los alumnos.
- Incrementar las habilidades cognitivas.
- Estimular la creatividad tanto del alumno como del profesorado.
- Reducir la impulsividad: más respuesta menos reacción.
- Aumentar la inteligencia emocional, haciéndonos cargo de nuestras emociones de manera consciente.
- Aumentar la conciencia corporal.
- Incrementar la serenidad y bienestar.

Contenidos:

- Teoría práctica sobre la aplicación del mindfulness en el aula.
- Parte vivencial : ejercicios para realizar en clase con los alumnos.

Metodología:

Cada taller va a constar de dos partes, una teórica y otra vivencial.

Para ello se sugiere traer ropa cómoda.

Ponente:

Amaia Urieta Garcia.

Coach en Educación Transpersonal y Consultora de Mindfulness por la EEDT (Escuela Española de Desarrollo Transpersonal)
Facilitadora de Biodanza por el sistema de Rolando Toro
Licenciada en Gestión de Empresas y Marketing

Responsable:

Sagrario Gil Pérez, asesora del CAP de Tudela

848 430967

cap.tudela.asesoria.redes@educacion.navarra.es

Lugar: **CENTRO CÍVICO LOURDES** (Calle El Frontón, 3 en Tudela)

Fechas:

marzo: 14, 21 y 28

abril: 4, 11, 16

Horario: 16.30 a 19.00

Duración: 15 horas

Nº Plazas: 20

Nº mínimo asistentes: 12

Periodo inscripción:

El último día para inscribirse será el **10 de marzo** en el siguiente enlace:
<http://formacionprofesorado.educacion.navarra.es/web/inscripciones-2/>

Criterios de selección:

- No haber realizado esta actividad en las últimas dos convocatorias
- Orden de inscripción

Idioma: Castellano

Notas:

- En adelante todos los avisos y notificaciones relacionadas con los cursos de formación se realizarán a través de la cuenta de correo oficial del PNTE asignada a cada docente de la Red Pública de Educación (usuario@educacion.navarra.es). Al profesorado de centros privados y concertados los avisos y notificaciones les llegarán al correo que tengan establecido en Educa.
- La lista de admitidos/as a esta actividad se publicará, en el menor plazo posible desde la fecha de finalización de inscripciones, en la página: <http://formacionprofesorado.educacion.navarra.es/web/admitidos/>
- Las cuestiones relacionadas con la gestión de la certificación de las actividades se

responderán desde la secretaría del CAP; Telef: 848 424775, 848 424776, 848 426232 ; secretaria.cap.pamplona@educacion.navarra.es.

- Cuando un/a docente haya sido admitido/a en la actividad y no vaya a poder realizarla, deberá avisar por correo electrónico a la persona responsable de la actividad que figura en la convocatoria para darse de baja antes de su inicio. En caso contrario, se iniciará un proceso sancionador que le impedirá acceder a la plataforma de inscripciones durante 5 meses y ello le privará de la posibilidad de inscribirse en las actividades formativas organizadas por el Departamento de Educación de Navarra. Esta penalización no exime de la obligatoriedad de realizar 35 horas de formación anuales.
- Con respecto a los cursos a distancia se deberá actuar del siguiente modo: si en el plazo de 15 días contados a partir de la fecha de inicio del curso el/la docente no realiza y entrega la denominada “Tarea obligatoria: presentación”, será automáticamente excluido del curso. Esta exclusión supondrá el mismo proceso sancionador del supuesto anterior.
- Solamente pueden realizar y certificar la formación docentes en activo, a excepción de las personas con licencias por maternidad, adopción y acogimiento, tal y como se recoge en el D.F 71/2017 del 23 de agosto. Cualquier otra situación de incapacidad temporal es incompatible con la asistencia a la formación.
- **PARA OBTENER LA CERTIFICACIÓN SERÁ OBLIGATORIO ACUDIR AL 85% DE LAS SESIONES PRESENCIALES** y firmar cada sesión en la hoja de firmas con bolígrafo de tinta indeleble. **NO SE COMPUTARÁ LA ASISTENCIA DE NINGUNA SESIÓN EN LA QUE NO SE HUBIERA RECOGIDO LA FIRMA, ES DECIR, NO SE ACEPARÁ NINGÚN OTRO TIPO DE JUSTIFICACIÓN DE ASISTENCIA.** En las formaciones cuyos diseños contemplan la realización de un trabajo práctico, además de la asistencia anteriormente indicada será preceptiva la presentación de los trabajos para obtener la acreditación.