RE.CURSOS
RESPIRANDO ALEGRÍA

6 e 7 de decembro de 2014
SANTIAGO DE COMPOSTELA
Colexio LaSalle.
Praza de San Xoán Bautista De la Salle,1.

diseño gráfico Manu Serrano

FORMACIÓN. INVESTIGACIÓN. ACCIÓN. IOGA.

Para persoas ás que lle interesan as persoas.

Módulo 2
A ESENCIA.
Pensar ou Sentir.

www.nova-escola-galega.org

Imparte:
Ángel Sánchez Martínez, educador social.
Susana Couso Sánchez, mestra.

"Quen debe emocionarse é o/a educador/a, quen debe transformarse é o/a educador/a, quen debe relaxarse é o/a educador/a, quen debe estar atento/a é o/a educador/a…"

PROGRAMA

Sábado 6 de decembro

Sesión de mañá (10,00 h a 14,00h)

-Recepción dos/as participantes e presentación da actividade.
- O loga: ferramenta Esencial para educar dende o Corazón.
-Táboa básica do método **Re.cursos. Respirando Alegría**: "Observando ao Ego".
- Obradoiro "Emoción versus Razón".
Dinámica: Pensar o que sinto ou sentir o que penso.

Sesión de tarde (16,00 h a 20,00 h)

-Práctica de Atención Correcta, introdución ao Nidra Ioga
-Compartindo experiencias da aplicación do Método en contextos educativos.
-Sentindo o corpo emocional, práctica Atención Correcta ás emocións.
-Obradoiro "Fortalecendo a Autoestima"
Profundizando: Principios básicos do Método "A mellora da percepción".
-Círculo da palabra. "A emoción do compartir. O Ser Emocionado".

Domingo 7 de decembro

Sesión de mañá (10,00 h a 14,00h)

-Obradoiro "Despertando con emoción.Recreando a Emoción no cotiá.
- Profundización: Táboa básica do método **Re.cursos. Respirando Alegría**. " Que emocións xeramos?"
- Obradoiro "Ti es o Re.curso".
- Revisión e posta en común.

INSCRICIÓN

Prazo de inscrición: Ata o **29 de novembro**.
Cota ordinaria: 100 euros.
Socios/as de Nova Escola Galega: 75 euros.
Socios/as que realizaron algunha formación de **Re.cursos. Respirando Alegría:** 60 euros.
Desempregados/as. Matrícula reducida. Consultar na sede de Nova Escola Galega.
Prazas limitadas

educadores pola paz
NOVA ESCOLA GALEGA
Fira Màgica

www.nova-escola-galega.org

" …o ser humano cando chega ó mundo non está rematado. A educación ten por obxectivo desenvolver as súas potencialidades, as cales o levarán a comprender o seu sitio na Terra e os seus vínculos co Universo. A finalidade da escola non é tan só a de facer de nós uns e unhas boas profesionais, senón persoas en evolución ó longo da vida…"

Michele Flak (creadora do movemento para a investigación do ioga na educación, 1978)

Isto coincide cos catros piares da educación segundo o informe Delors "A educación no século XXI": Aprender a coñecer. Aprender a facer. Aprender a convivir. Aprender a ser.

O método **RE.CURSOS. RESPIRANDO ALEGRÍA** achegaralle ó educador/a ferramentas aplicables no seu espazo educativo para mellorar a atención, a escoita e a concentración do alumnado.

As educadoras e os educadores que traballan na ensinanza teñen multitude de recursos. Co programa **RE.CURSOS. RESPIRANDO ALEGRÍA** poñeremos a atención no noso corpo como terra de cultivo, para sabermos como estamos, que sentimos, que imos plantar (actitude aberta, escoita activa, empatía etc), para despois sementarmos na aula. Facilitaremos que tros espazos educativos; segundo a Terra (o noso horto), así os froitos.

Queremos froitos de alegría, da que se xera no corazón.

1. PRINCIPIOS, OBXECTIVOS, METODOLOXÍA E INTENCIÓN.

1.1. Metodoloxía e Intención

A metodoloxía que require unha formación como **RE.CURSOS. RESPIRANDO ALEGRÍA** parte da vivencia persoal e individual, nun primeiro paso como persoa e nun segundo como educador/a. As vivencias e o sentir dende o corazón non se poden materializar dende a linguaxe intelectual. Isto implica que para acadar técnicas aplicables á aula ou ó contexto educativo será necesario primar o sentir ó pensar, para que as nosas formulacións didácticas constrúan unha nova educación "a educación con corazón".

Polo tanto, para obtermos resultados diferentes, temos que dar pasos diferentes como educadores/as. O que esta formación ofrece son experiencias persoais que xerarán novas formas de educar. En consecuencia, a metodoloxía do programa tamén será complementada polo compromiso dos e das participantes.

A nosa metodoloxía participativa propiciará sincronías que traduciremos en ferramentas xeradoras da educación que buscamos.Tamén desenvolverá o aumento da consciencia de como estamos, quen somos e que queremos.

E para iso, a principal técnica metodolóxica basearase nas achegas do ioga.O noso método favorecerá a calma mental como requisito sine qua non para un novo aprender, un novo ensinar.

Polo tanto, o programa **RE.CURSOS. RESPIRANDO ALEGRÍA** levarase a cabo a través da participación activa, tanto nas dinámicas presenciais de cada módulo como na posibilidade de participar no proxecto **ALMAzen**, un espazo/servizo co-creado polos seus protagonistas para unha educación diferente.

1.2 Principios do programa

Algúns dos principios do programa que ofrecemos son:

- A aprendizaxe é un proceso que pon en funcionamento o conxunto da persoa, particularmente o consciente e inconsciente, o corpo e as emocións, o cerebro e o corazón.
- O entorno da aprendizaxe (físico, emocional, mental e social) xoga un papel importante na calidade da aprendizaxe.
- Consideramos que a intelixencia de cada persoa está formada por múltiples intelixencias que lle son propias.
- Apréndese mellor cando estamos nun estado de distensión atenta.
- A aprendizaxe significativa facilítase nun contexto pracenteiro.
- Apréndese mellor cunha postura correcta.
- Un mellor coñecemento do funcionamento da mente e do cerebro permite mellorar a calidade da aprendizaxe.
- O traballo cooperativo facilita e enriquece a aprendizaxe.

1.3 Obxectivos.

1. Contribuír na mellora da práctica docente no desenvolvemento de novos métodos educativos.
2. Harmonizar a relación entre os axentes educativos (tensións propias e colectivas).
3. Dotar ó profesorado e ó alumnado de recursos para a prevención e a diminución da tensión.
4. Facilitar a educación integral nos diferentes ámbitos psicolóxicos, emocionais e sociais.
5. Compartir experiencias e iniciativas no ámbito das intelixencias múltiples a través dun grupo de traballo e investigación.
6. Favorecer o rendemento escolar e o éxito das formulacións didácticas.

"Recibo o que dou; así a Terra, así os seus froitos."