



Powiatowe Centrum Poradnictwa Psychologiczno-  
Pedagogicznego i Doskonalenia Nauczycieli  
Powiatowy Ośrodek Doradztwa Metodycznego  
67-200 Głogów, ul. Jedności Robotniczej 38  
tel. 76 833 32 11, 76 838 42 93  
www.pcppedn.eu [sekretariat@pcppedn.eu](mailto:sekretariat@pcppedn.eu)



Głogów, 09.01.2025 r.

**Dyrektorzy przedszkoli**

**Dyrektor**

**Powiatowego Ośrodka Doradztwa Metodycznego**

serdecznie zaprasza nauczycieli wychowania przedszkolnego na warsztaty metodyczne:

**„Joga dla przedszkolaków”**

Joga dla dzieci jest niezwykle wartościową praktyką, która może znacząco wspomóc ich wszechstronny rozwój. Poprzez różnorodne pozycje, oddechowe techniki i ćwiczenia relaksacyjne, joga oferuje dzieciom szereg korzyści, które mają istotne znaczenie zarówno dla ich zdrowia fizycznego, jak i emocjonalnego oraz społecznego. Jeżeli, są Państwo zainteresowani wprowadzeniem elementów jogi i relaksacji, zapraszamy do udziału w warsztatach, na których:

Program ramowy:

- techniki jogi dostosowane do wieku przedszkolnego
- ruch i koordynacja
- relaksacja i mindfulness
- kreatywne metody nauczania jogi
- budowanie relacji z dziećmi poprzez jogę.

Prowadzący: **Aleksandra Kurzawa** – Absolwentka Kursu Nauczycielskiego Jogi Metodą Iyengara. Certyfikowana nauczycielka jogi i uważności dla dzieci

Osoba odpowiedzialna za formę: **Monika Łyskawa** – doradca metodyczny ds. wychowania przedszkolnego

Koszt: **180 zł**

Termin konferencji: **19 luty 2025 r. (środa) godz. 16.00– 18:00**

Miejsce: **Pracownia Jogi Prana, ul. Budowlanych 33 (wymagany strój sportowy)**

*Ilość miejsc ograniczona!!!*

Prosimy o zgłaszanie się na szkolenie do dnia **12.02.2025 r.** – poprzez stronę internetową PODM Głogów <https://odm.pcppedn.eu/> w zakładce:

Faktura na osobę indywidualną – elektroniczny formularz zgłoszeniowy:

<https://zapisy.pcppedn.eu/>

Faktura na placówkę – formularz

<https://odm.pcppedn.eu/wp-content/uploads/2022/05/Karta-Zgloszenia-NOWA.pdf>

Więcej informacji dot. form szkolenia udziela dział szkoleń

Tel. 76 838 42 93

Dyrektor PODM  
Barbara Krzywulicz