

OFERTA WARSZTATÓW ONLINE
DLA UCZNIÓW SZKÓŁ ARTYSTYCZNYCH I ICH RODZICÓW/OPIEKUNÓW
organizowanych przez Dział Doskonalenia i Doksztalcania Centrum Edukacji Artystycznej

WARSZTATY DLA UCZNIÓW SZKÓŁ ARTYSTYCZNYCH (OD 12-GO ROKU ŻYCIA):

Lp.	Temat	Opis	Prowadzący	Data i godzina
1.	Pracuję nad sobą i zmieniam nawyki	<p>Podczas warsztatu uczestnicy:</p> <ul style="list-style-type: none"> – dowiedzą się, jak ważne jest dbanie o poczucie własnej wartości, – dowiedzą się, dlaczego jesteśmy tak wrażliwi na ocenę innych osób i jak wykorzystać ocenianie konstruktywnie, – sformułują cele w pracy nad sobą, – dowiedzą się, jak pracować nad sobą, żeby zmienić nawyki, – bardziej uwierzą w siebie. 	Małgorzata Mozerys- Ćwikła	27 marca (środa) 18.00-19.30
2.	Techniki zapamiętywania	<p>Podczas warsztatów uczestnicy dowiedzą się:</p> <ul style="list-style-type: none"> – jak mózg odbiera informacje, – dla czego wyobraźnia jest ważna przy zapamiętywaniu, – czym są mnemotechniki, – jakie są podstawowe systemy pamięciowe, – dlaczego powtarzanie zapamiętanych informacji jest tak ważne, – jak tworzyć mapy myśli. 	dr Małgorzata Ostrowska	18 kwietnia (czwartek) 18.00-19.30
3.	Jak wyzwolić się ze spirali lęku i zamartwiania się	<p>Podczas warsztatów uczestnicy:</p> <ul style="list-style-type: none"> – dowiedzą się jaka jest natura lęku, – nauczą się identyfikować negatywne myśli, które nakręcają spiralę lęku, – poznają skuteczne metody na minimalizowanie lęku, – nauczą się przeformułowania negatywnych myśli na myśli pozytywne, – dowiedzą się jak zadbać o swój dobrostan. 	Barbara Wojtanowska- Janusz	27 maja (poniedziałek) 18.00-19.30

WARSZTATY DLA RODZICÓW/OPIEKUNÓW, których dzieci uczą się w szkołach artystycznych:

1.	Kiedy i gdzie szukać pomocy specjalistycznej dla swojego dziecka	<p>Celem warsztatu jest udzielenie wsparcia rodzicom, którzy niejednokrotnie czują się zakłopotani, osamotnieni i bezradni w obliczu trudności oraz problemów doświadczanych przez swoje dzieci.</p> <p>Podczas warsztatu rodzice uzyskają informacje o:</p> <ul style="list-style-type: none"> – sytuacjach, w których pomoc specjalisty jest niezbędna w prawidłowym rozpoznaniu sytuacji dziecka oraz w ochronie jego przed zagrożeniem, – przejawach zachowania dzieci wskazujących na przeżywanie przez nich trudności, – instytucjach, poradniach, w których można szukać pomocy specjalisty. 	dr Elżbieta Antosz	20 marca (środa) 18.00-19.30
2.	Smartfon – przyjaciel czy wróg mojego dziecka?	<p>Podczas warsztatu uczestnicy dowiedzą się:</p> <ul style="list-style-type: none"> – czy i jaki wpływ ma korzystanie z telefonu komórkowego na funkcjonowanie układu nerwowego oraz rozwój mózgu, – na jakie zagrożenia narażeni są użytkownicy internetu i jak skutecznie chronić przed nimi dzieci, – o odpowiedzialności prawnej za treści umieszczane w internecie, – jak kształtować u dziecka umiejętne korzystanie z telefonu komórkowego, – czym jest uzależnienie od telefonu komórkowego, kiedy i gdzie szukać pomocy. 	Iwona Chudzikiewicz	25 kwietnia (czwartek) 18.00-19.30
3.	Moje dziecko ma dysleksję, jak mu pomóc?	<p>Podczas warsztatu uczestnicy dowiedzą się:</p> <ul style="list-style-type: none"> – jak różnorodne są objawy dysleksji, – jak rozpoznać dysleksję u dziecka, – jak można pomagać dziecku z dysleksją w procesie uczenia się i w ogólnym funkcjonowaniu, – jakie są najlepsze formy ćwiczeń usprawniających funkcjonowanie dziecka z dysleksją. 	Hanna Matusiak	16 maja (czwartek) 18.00-19.30