

Nº Actividad: <b>48</b>	NOMBRE DE LA ENTIDAD: <b>FEDERACIÓN DE ENSEÑANZA DE CCOO - MADRID</b>	
DIRECCIÓN: <b>C/LOPE DE VEGA, 38- MADRID</b>		
TELÉFONO: <b>915062261</b>	FAX: <b>915219133</b>	
E-MAIL: <a href="mailto:formacion.frem@usmr.ccoo.es">formacion.frem@usmr.ccoo.es</a>		
REPRESENTANTE LEGAL: <b>ISABEL GALVÍN ARRIBAS</b>		
1-DENOMINACIÓN DE LA ACTIVIDAD:	<b>Mindfulness en la escuela para mejorar el rendimiento y la convivencia</b>	
<b>LÍNEA PRIORITARIA 7</b>	<b>Mejora de la convivencia, prevención del acoso escolar y abandono en centros educativos, potenciando los hábitos saludables</b>	
2-MODALIDAD:	EN LINEA:	PRESENCIAL:
CURSO: <b>SEMINARIO: X</b>		
3- NIVEL DEL PROFESORADO AL QUE SE DIRIGE LA ACCIÓN FORMATIVA : <b>PROFESORADO: INFANTIL, PRIMARIA, SECUNDARIA, FP. PERSONAL TÉCNICO EDUCATIVO.</b>		
4-DURACIÓN EN HORAS : <b>30 HORAS</b> <b>3 CRÉDITOS</b>		
5- NÚMERO DE PARTICIPANTES: <b>15</b>		
6- CALENDARIO FORMACIÓN PRESENCIAL		
LUGAR: <b>CENTRO DE FORMACIÓN ABOGADOS DE ATOCHA, C/ SEBASTIÁN HERRERA, 12-14, MADRID.</b>		
FECHA INICIO: <b>3 OCTUBRE</b>	DÍAS: <b>MIÉRCOLES</b> HORAS: <b>16:00-19:00</b>	
FECHA FINALIZACIÓN: <b>12 DICIEMBRE</b>		
7-OBJETIVOS:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Incluir la práctica de la respiración para mejorar la capacidad de atención en el aula.</b></li> <li>• <b>Reconocer emociones, localizarlas y superarlas a través de la respiración y meditación, mejorando la convivencia en el aula. Intercambiar experiencias.</b></li> <li>• <b>Favorecer el conocimiento de uno mismo a través de la relajación.</b></li> <li>• <b>Implementar el trabajo elaborado en el funcionamiento del centro.</b></li> </ul>		
8-DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipos de respiración.</b></li> <li>• <b>Iniciación a la meditación.</b></li> <li>• <b>Reconocimiento de emociones.</b></li> <li>• <b>Superación de emociones negativas.</b></li> <li>• <b>Atención plena: Mindfulness</b></li> <li>• <b>Implementación del trabajo elaborado en el funcionamiento del centro.</b></li> </ul>		
9-METODOLOGÍA:		

- **Práctica grupal e individual.**
- **Participativa.**
- **Cooperativa.**
- **Intercambio de experiencias personales.**
- **Aplicación en el aula.**

#### **10- RECURSOS MATERIALES :**

- **Colchonetas.**
- **Zafús.**
- **Radio CD y pizarra digital.**
- **CD de audiciones.**
- **Libros.**

#### **11-CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN:**

- Asistencia, al menos, al 85 por 100 del total de las horas de la fase presencial de la actividad y siempre que las horas de inasistencia estén debidamente justificadas.
- Puesta en práctica de alguna técnica en el aula.
- Presentación de una valoración de la aplicación práctica.
- Realización, entrega y valoración positiva de un **trabajo colectivo con una concreción individual** de aplicación de los contenidos presentados de las actividades.

**Procedimientos de evaluación:** reflexión y puesta en común de los aprendizajes adquiridos a lo largo del seminario, análisis de las producciones del alumnado, observación, intercambios orales, herramientas de auto-evaluación.

Los ponentes o tutores podrán seleccionar aquellos trabajos que por su calidad o singularidad se consideren útiles para ser compartidos con la comunidad educativa, para lo cual deberán tener la licencia de publicación adecuada (**licencia Creative Commons**).

#### **12-RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**

**José Antonio Villarreal Rodríguez**

#### **13- PONENTES:**

**NO NECESARIO**

#### **14- IMPORTE DE LA INSCRIPCIÓN; SI ES GRATUITA HACERLO CONSTAR:**

**INSCRIPCIÓN GRATUITA**

#### **CERTIFICACIÓN DE LA ACCIÓN FORMATIVA :**

Alumnado: 30 horas 3 CRÉDITOS

Coordinador/a: 1 CRÉDITO ADICIONAL