

SOLICITUD Y PROYECTO DE ACTIVIDAD

CURSO 2015-16

DATOS DEL CENTRO		
Tipo de centro: Colegio de Educación Infantil y Primaria		Centro: CEIP PARQUE EUROPA
Dirección: CL. Tenerife, s/n		CP: 50180
Localidad: Utebo		Provincia: ZARAGOZA
Tfno.: 976 787 480	Fax: 976 770 727	E-mail: cputebo3@educa.aragon.es

TÍTULO DEL PROYECTO	
Título: Aprender a ser feliz, enseñar a ser feliz II	
C.P.R. de adscripción: CIFE JUAN DE LANUZA	
Área: TEMAS TRANSVERSALES AL CURRÍCULUM	Materia: TEMAS TRANSVERSALES. ASP. GENERALES

DATOS DEL COORDINADOR DE FORMACIÓN DEL CENTRO		
Apellidos: BRETO GUALLAR		Nombre: CONCEPCIÓN
NIF: 25439532Z	NRP: A45EC2543953268	Teléfono: 651 17 14 73
Dirección: C/ PREDICADORES 74, 6º IZQ		CP: 50003
Localidad: ZARAGOZA		Provincia: ZARAGOZA
E-mail: concha.breto@gmail.com		

DATOS DEL COORDINADOR DE ACTIVIDAD		
Apellidos: Lozano Mateo		Nombre: Ana Cristina
NIF: 29124935N	NRP: 291249350A597	Teléfono: 635 49 33 10
Dirección: Paseo Los Olvidados, 13, 6ºA		CP: 50019
Localidad: Zaragoza		Provincia: Zaragoza
E-mail: anacriszgz77@hotmail.com		

TEMPORALIZACIÓN		
Trimestres en que se desarrollará la actividad: Curso completo	Lugar de reunión: Aula de 1ºB	Horario: 13:00
Horas de formación presenciales: 10	Horas de formación no presenciales: 0	TOTAL HORAS: 10

ÁMBITO

CIFE

MODALIDAD

Seminario

DESTINATARIOS

EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

Líneas prioritarias / Temática que desarrolla

- Educación inclusiva
- Actuaciones de éxito
- Convivencia positiva
- Inteligencias múltiples

Competencias profesionales

- Competencia Lingüístico-Comunicativa
- Competencia social-relacional
- Competencia intra e interpersonal
- Competencias didácticas asociadas temáticas de competencia personal y gestión de la convivencia
- Competencia en innovación y mejora
- Competencia en trabajo en equipos
- Competencias didácticas asociadas a temas de innovación, mejora educativa y actualización técnica del profesorado

Contextualización

Centro de Educación y Primaria de dos vías. Con algo más de 400 alumnos.

Situado en una localidad cercana a Zaragoza, junto con otros tres colegio.

Profesorado, casi en su totalidad estable y afín con la metodología de Aulas Felices.

Justificación

Este Seminario es una continuación del realizado el año pasado por la mayoría del claustro de profesores del colegio. Queremos seguir trabajando en la misma línea, porque los resultados a corto plazo, fueron positivos. El curso pasado nos centramos más en las fortalezas personales.

Este curso queremos profundizar más en los beneficios del Mindfulness, porque necesitamos mejorar en nuestros alumnos la atención, un déficit que seguimos viendo en ellos curso tras curso, y la regulación emocional, para que ellos sepan reconocer, gestionar y resolver problemas.

Este Seminario nos sirve como punto de unión en el que maestros de diferentes niveles intercambiamos ideas sobre el tema que queremos trabajar y cómo hacerlo y, posteriormente, al ponerlo en común, vemos diferentes maneras de

trabajar un mismo aspecto. Lo cual nos enriquece a todos, de manera individual y a nivel de centro.

Metodología o sistema de trabajo

Las sesiones combinarán la puesta en común de artículos y libros relacionados con el tema, con una exposición práctica de los participantes sobre las experiencias que se han puesto en práctica.

Nos gustaría también contar con una asesora en el tema de la respiración (experta en yoga con niños).

HORAS QUE CERTIFICA EL COORDINADOR

Horas propuestas: 10

MATERIALES

Materiales a elaborar/recopilar

Materiales a analizar/revisar

"Mindfulness en positivo. La ciencia de la atención plena y la psicología positiva en el camino del bienestar". David Alvear Morón. Editorial Milenio.

"Atentos como una rana" Eline Snel. Editorial Kairós.

"El poder del mindfulness. Libérate de los pensamientos y las emociones autodestructivas". Christopher k. Germer. Editorial Paidós.

El cerebro del niño. Daniel J. Siegel.Tina Payne Bryson.Editorial Alba.

La compasión: El corazón del Mindfulness. Editorial Sello.

Mindfulness y compasión. La nueva revolución.Javier García Campayo y Marcelo Demarzo. Editorial Siglantana.

ASESORAMIENTO SOLICITADO

Una experta en el trabajo de yoga con niños.

Expertos en mindfulness aplicado en el aula.

CONTENIDOS DE LA ACTIVIDAD

Evidencias científicas de los beneficios del mindfulness.

Mindfulness aplicado a la educación: cómo mejorar la atención plena y la regulación emocional en nuestros alumnos.

Fortalezas personales.

Profundización en aspectos a demanda del grupo: en función de las necesidades de los alumnos del aula.

SESIONES				
Lugar	Ases. externo	Fecha	Hora	Duración total
Aula de 1ºB	NO	11-11-2015	13:00	01 horas 00 minutos
Salón de Actos	NO	25-11-2015	17:00	02 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	02-12-2015	13:00	01 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	20-01-2016	13:00	01 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	10-02-2016	13:00	01 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	16-02-2016	13:00	01 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	02-03-2016	13:00	01 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	13-04-2016	13:00	01 horas 00 minutos
Aula de 1ºB	NO	11-05-2016	13:00	01 horas 00 minutos

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD			
1	Objetivo: Introducir a los participantes en el concepto de mindfulness y autocompasión.	Indicadores: Conocimiento de diferentes libros y artículos sobre el tema.	
	Técnicas: Lectura de libros, artículos, experiencias y videos. Puesta en común por parte de Cristina, de los puntos tratados en el curso realizado por la Universidad de Verano de Teruel sobre mindfulness y autocompasión.	Personas: Todos los participantes.	Momentos: Sesión inicial y diferentes sesiones.
2	Objetivo: Aprender a realizar una respiración consciente.	Indicadores: Observación individual de nuestra respiración	
	Técnicas: Asesoramiento de una experta en yoga con niños	Personas: Todos los participantes	Momentos: Una sesión para los participantes del seminario y una sesión con cada grupo aula.
3	Objetivo: Intercambiar experiencias sobre la puesta en práctica del trabajo con diferentes fortalezas.	Indicadores: Puesta en común de los trabajos llevados en el aula	
	Técnicas: Hoja de registro	Personas: Todos los participantes	Momentos: Cada sesión
4	Objetivo: Ofrecer al profesorado un espacio y un tiempo en el que poder disfrutar y mejorar en nuestro proceso de enseñanza aprendizaje.	Indicadores: Intercambio de experiencias	
	Técnicas: Grado de satisfacción del profesorado	Personas: Todos los participantes	Momentos: Cada sesión

NECESIDADES DE RECURSOS			Estimación presupuestaria
Asesoramiento Externo		2h de asesoramiento por parte de una experta de yoga de Utebo.	75
Fungibles	Reprografía	Fotocopias de artículos, fragmentos de diferentes libros... y guión de cada sesión.	0
	Otros		0
Bibliografía		Los libros propuestos en el apartado de materiales.	200

CRITERIOS DE SELECCIÓN

Profesores del claustro del Ceip Parque Europa interesados en trabajar el mindfulness y las fortalezas personales en el aula.

Nº DE PLAZAS

20

Nombre del centro del coordinador de la actividad	Localidad
CEIP PARQUE EUROPA	Utebo

RELACIÓN DE INSCRITOS

Apellidos	Nombre	N.I.F.	Observaciones/incidencias
Barquín Mur	Tatiana	25195603T	participante
Bello Cortés	Begoña	17437514H	participante
CASANOVA CALLEJAS	LUIS	29126177N	participante
de León Guillén	Ana	29118852R	participante
DOMINGUEZ MARTINEZ	NURIA	72884068N	participante
Ferrando Mavilla	Mª Pilar	25447707R	participante
Garcia De Francisco	Montserrat	17157822Y	participante
GARCÍA MARTÍN	MARÍA AZUCENA	18425660S	participante
GONZÁLEZ PÉREZ	MARÍA	17745508L	participante
Gutierrez Mateo	Ana Isabel	25158095M	participante
López Algora	Ana M	25475782Q	participante
Lozano Mateo	Ana Cristina	29124935N	coordinador
MOTA MANERO	FEDRA	29135038H	participante
Navarro Acedo	Patricia	25480986E	participante
PELEGRIN VAL	SILVIA	25478518S	participante
SÁNCHEZ LARRIBA	MARGARITA	46869071Q	participante
SANMARTÍN ESTOP	BEGOÑA	25453960K	participante
SOLSONA ALMAU	CRISTINA	25161510Q	coordinador

En Utebo, a 01 de Octubre de 2015

El/la Coordinador/a de la actividad

VºBº El/la Director/a del centro

Fdo: Ana Cristina Lozano Mateo

Fdo: Daniel Badorrey Oliete