



Healthy teachers healthy school



Szkolenie odbywało się w Hiszpanii w malowniczym miasteczku Playa de las Americas, w ramach programu Erasmus + akcja K1 Zagraniczna Mobilność Kadry Edukacyjnej Szkolnej. Zaplanowane działania w ramach mobilności miały na celu podnieść kwalifikacje zawodowe nauczycieli, zdobycie nowych praktycznych doświadczeń w systemie edukacji innych państw europejskich oraz poprawę sprawności komunikacyjnej w codziennym posługiwaniu się językiem angielskim

Na kursie mieliśmy okazję zapoznać się z systemem oświaty i funkcjonowaniem szkoły w takich państwach jak: Finlandia, Niemcy, Węgry, Portugalia, Słowenia. To była wyjątkowa okazja do zdobycia wiedzy, spędzenia czasu w międzynarodowym gronie pedagogów, wymiany doświadczeń oraz przyjrzenia się kulturze, systemowi edukacji, tradycji i obyczajowości danego państwa.



Szkolenie oprócz codziennych wykładów, paneli dyskusyjnych, dotyczących m.in. zdrowego żywienia, wpływu aktywności fizycznej na uczniów i nauczycieli, obejmowało też ćwiczenia w terenie: zajęcia na basenie, gdzie wysoko wykwalifikowany, wymagający trener szkolił nasze umiejętności pływackie, trening na siłowni, piesze wycieczki, zwiedzanie miasta. Wszystkie aktywności dostarczyły wielu niezapomnianych wrażeń. Każdy z nas wyniósł z tego wyjazdu osobiste spostrzeżenia, które niewątpliwie wykorzysta w swojej praktyce pedagogicznej. Zdrowy styl życia, odżywiania się, zawsze były priorytetem naszej placówki, jako miejsca szczególnie dbającego o zdrowie, rozwój fizyczny i psychiczny całej społeczności szkolnej. Pobyt i kurs w Hiszpanii uświadomił nam, nauczył metod coachingu, które będziemy wykorzystywać na zajęciach dydaktycznych w celu wzbudzenia motywacji wewnętrznej uczniów do osobistego rozwoju.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny





Healthy teachers - healthy school!

makes possible to to build easy Erasmus+ KA1 project about healthy and sports activities! Plan one or two years project about healthier school for you and your pupils or students!

In five days you will learn new things about nutrition, importance of sports, new ways to move, tips for weight watching, mental coaching. Our aim is to give your school a new start for better and more active way of life and give you some tips for your school!

If teacher is active - school and your classroom will also be more energetic! And also, if your condition is not the best or you need new motivation, this course might be for your school! You do not have to be a sport teacher to take part!

16. El Camison, Playa de las Americas, Tenerife.
20:00 Dinner together (voluntary)

Tuesday, 23rd February

10:00-12:30, How to reach healthier life with regular sport. Imporstretching and swimming. Dr. Tero Matkaniemi
12:30-14:30, lunch break and siesta
14:00-18:30 Meaning of health and physical activity for you and your school, workshop. Dr. Tero Matkaniemi and Arttu Rätty

17.30-18.30 Group interviews with Dr. Tero Matkaniemi
20:00 Dinner together, voluntary

Wednesday 24th, February

10:00-12:00: New possibilities in physical education in school and your life. Stretching and gym. Dr. Tero Matkaniemi and Arttu Rätty
12:30-14:30: lunch break and siesta
14:30-18:30: What is meaning of good school food/packed lunch? Health and nutrition. Lessons and workshop.

17.30-18.30 Group interviews with Dr. Tero Matkaniemi

Course fee includes education, certificates, coffee/tea breaks, trips and visits, transportation during course week, one cultural evening with barbeque dinner (not meals or accomodation).

System edukacji w Hiszpanii

Edukacja w Hiszpanii jest obowiązkowa dla dzieci w wieku od 6 do 16 lat.

1. Szkoła podstawowa (primaria) trwa 6 lat.
2. Po tym jest obowiązkowa szkoła, education secundaria (E.S.O.), po której ukończeniu, dziecko otrzymuje certyfikat jej ukończenia.

Czas uczęszczania dziecka do szkoły jest uzależniony od regionu Hiszpanii w którym znajduje się szkoła. Również różne szkoły posiadają różne czasy otwarcia i trwania semestrów.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

