

Małopolskie Centrum Doskonalenia Nauczycieli  
Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Nowym Sączu zaprasza do udziału w warsztatach:

### **„Wspieranie uczniów w radzeniu sobie ze stresem szkolnym”**

Numer formy: 18

Grupa: I

**Adresat:** nauczyciele klas IV-VIII szkół podstawowych oraz nauczyciele szkół ponadpodstawowych

#### **Treści programowe:**

- Specyfika sytuacji stresowych w szkole.
- Konsekwencje reakcji stresowych dla nauki i zachowania ucznia w szkole.
- Sposoby radzenia sobie ucznia w sytuacjach nadmiernego obciążenia: relaksacja, wizualizacja, twórcze myślenie, radzenie sobie z trudnymi emocjami.

Zajęcia obejmują **5 godzin dydaktycznych**

i odbędą się w budynku MCDN Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli w Nowym Sączu,  
ul. Jagiellońska 61 w dniu:

**10 listopada 2018 r. (sobota)**

**w godz. od 9:00 – 13:00**

Opłatę w wysokości **65 PLN** należy przelać na numer konta

**67 1020 2906 0000 1202 0404 9508**

tytułem: ONS – „Wspieranie uczniów w radzeniu sobie ze stresem szkolnym” gr. I  
(dodatkowo dane Nabywcy i Odbiorcy w przypadku potrzeby wystawienia faktury VAT dla instytucji)

Istnieje również możliwość uregulowania opłaty w Biurze Obsługi Klienta  
od poniedziałku do piątku (p. 13) w godz. 8:00 - 15:00

**Zajęcia poprowadzi nauczyciel konsultant MCDN ODN w Oświęcimiu  
dr Ilona Dudzik-Garstka**

Kierownik formy:

Iwona Nowak

nauczyciel konsultant

MCDN ODN w Nowym Sączu

[i.nowak@nowysacz.mcdn.edu.pl](mailto:i.nowak@nowysacz.mcdn.edu.pl)