

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

### **„Mieć czas na wszystko. Trening osobistej efektywności nauczyciela”**

Numer formy: 32

Grupa: I

**Adresat:** nauczyciele wszystkich etapów edukacyjnych

**Treści programowe:**

- Wzbudzanie własnej motywacji do pracy.
- Sprawne planowanie zadań oraz ich efektywna realizacja.
- Wypracowanie indywidualnego, adekwatnego do potrzeb systemu planowania oraz zarządzania sobą w czasie.
- Likwidowanie czynników zakłócających pracę.

Zajęcia obejmują **8 godzin dydaktycznych**

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

**29 listopada 2018 r. (czwartek)**

**w godz. od 15:00 – 18:15**

**4 grudnia 2018 r. (wtorek)**

**w godz. od 15:00 – 18:15**

Opłatę w wysokości **89 PLN** należy przelać na numer konta

**67 1020 2906 0000 1202 0404 9508**

tytułem: ONS – „Mieć czas na wszystko. Trening osobistej efektywności nauczyciela” 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 Krakowie mgr Mariola Kozak**

Kierownik formy:

Iwona Nowak

nauczyciel konsultant

MCDN ODN w Nowym Sączu

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