



PROGRAMA

Guía de Mindfulness Infantil

30 horas

Sincrónico/Asincrónico

En este Cursos recibirás herramientas prácticas y efectivas guiar prácticas de Mindfulness infantil.

Estarás capacitado para guiar sesiones individuales o grupales de atención plena, con mención en Emociones.

Dirigido a todo quien desee introducirse en el camino del Mindfulness infantil. Conocer más de las emociones en la primera infancia.

Consta de 30 horas, entre clases en vivo (vía zoom) y acceso a nuestra aula virtual, con videos de apoyo y material descargable. Acceso a nuestra aula virtual hasta fin de año.

Tendrás acceso a un grupo de acompañamiento, vía WhatsApp. Junto a tus pares y relatoras.

Contenido

MÓDULO 1: Pilares del Mindfulness

- 9 pilares o Principios del Mindfulness

MÓDULO 2: Mindfulness en el hogar

- Ejercicios para practicar la atención plena en casa

Módulo 3: Mindfulness en la sala de clases

- Ejercicios para practicar la atención plena en clases

MÓDULO 4: ¿Cómo se practica Mindfulness?

- Guía para comenzar a practicar Mindfulness

MÓDULO 5: Atención plena en distintos contextos

- ¿Cómo practicar Mindfulness en distintos lugares?

MÓDULO 6: Educación Emocional

- ¿Qué son las emociones?
- Vocabulario emocional

MÓDULO 7: Educación emocional en la educación

- ¿Cómo hablar de Emociones en la Educación?

MÓDULO 8: Crianza Respetuosa

- ¿Qué es la Crianza Respetuosa?
- Crianza respetuosa y regulación emocional

MÓDULO 9: Tipos de Apego

- Estilos de apego, sus características y más.

MÓDULO 10: Conociendo el cerebro del niño

- Cerebro adolescente
- Teoría de los 4 cerebros

BONUS DE REGALO:

- 5 PDF de apoyo. Mindfulness para la infancia.

Trabajo personal

Material de lectura y análisis

Relatora

Carla Godoy

- Docente de Educación General Básica, con Mención en Lenguaje y Comunicación. Profesora de Yoga infantil desde el 2014.
- Con una amplia trayectoria en yoga para la niñez, guiando capacitaciones, talleres y más.
- Instructora de Yoga Pre natal.
- Facilitadora de programas en educación emocional y Guía de sesiones mindfulness.
- Fundadora de Profe Carlita Yoga, acompañando a muchas familias en la crianza y educación respetuosa.

Detalles

Para este Curso certificado, tendrás acceso a nuestra Aula virtual desde el día Mates 9 de agosto hasta fin de año 2022, pudiendo ver los módulos escritos y videos, las veces que necesites. Esto está contemplado como HORAS DE ESTUDIO INDEPENDIENTE, también certificadas dentro de las 30 horas totales.

Tendremos 4 encuentros en vivo, on line, a través de zoom. Los cuales quedarán grabados y subidos a la plataforma, para que puedas volver a verlos. Los cuales tendrán como foco, resolver dudas de las clases y material que está disponible en el aula virtual.

Este curso es asincrónico y sincrónico. Lo que te permitirá avanzar a tu modo. Teniendo 2 meses para terminarlo.

El día Martes 9 de Agosto, recibirás tu usuario y contraseña para acceder a nuestra aula virtual. Y desde ya, podrás acceder a todo el material disponible.

Evaluación

En este proceso de aprendizaje, te acompañaremos fielmente, para que logres un aprendizaje significativo y puedas aprobarlo con éxito. Para que este Curso sea frutífero para ti, contarás con distintos tipos de evaluaciones:

Tipo evaluación	Descripción	Porcentaje
Participación en clases	Consultas, dudas, comentarios, cámara encendida (a menos que la situación amerite apagarla)	20%
Tareas	Cada relatora entregará tareas según sus necesidades.	20%
Evaluación final	Evaluación de contenido teórico, cargada en la plataforma, en fecha y horario acordado.	30%
Evaluación práctica	Material visual de una práctica de yoga infantil	30%

Debes cumplir con un 75% mínimo de asistencia.

- Las inasistencias deben ser justificadas a través de correo: contacto@otecalicap.com

DURANTE EL MISMO DÍA, A MÁS TARDAR 24 HORAS DESPUÉS. LUEGO DE ESTE PLAZO, SE CONSIDERA INASISTENCIA.

- Toda inasistencia sin justificar, será considerada como tal **INASISTENCIA**

Contarás con un grupo de whatsapp de acompañamiento durante todo el tiempo que dure nuestro curso. En él se recordarán fechas, tareas, horarios y por su puesto dudas y consultas. Recuerda que el medio oficial para justificar inasistencias, siempre será el correo.

Los trabajos o tareas deben ser enviadas en el tiempo acordado con la relatora. El no envío de las tareas, será evaluado con la nota mínima: 2.0 El envío con atraso también será evaluado con menor nota (un día de atraso, nota máxima 6.0, dos días de atraso, nota máxima 5.0 y así sucesivamente)

A continuación, verás las fechas para cada encuentro, su horario y detalles:

Fecha	Módulo o Encuentro	Relatora	N°Horas	Horario
09/08 Acceso a aula virtual	Envío de usuario y contraseña para entrar	Encargada Otec Alicap		Durante el día
16/08 martes	Encuentro 1	Carla Godoy	1	20:00 a 21:00 hrs.
23/08 martes	Encuentro 2	Carla Godoy	1	20:00 a 21:00 hrs.
30/08 martes	Encuentro 3	Carla Godoy	1	20:00 a 21:00 hrs.
06/09 martes	Encuentro 4	Carla Godoy	1	20:00 a 21:00 hrs.
27/09 martes	Entrega material visual de práctica sesión de Mindfulness	Carla Godoy	Todo el día	Envío de proyecto escrito a correo: Cgodoy@otecalicap.com
30/09 Martes	Evaluación final escrita	Encargada de área	Todo el día.	Evaluación cargada a la plataforma

Para aprobar se exige obtener 75% o más en el resultado de la evaluación final.

Se envía por e-mail CERTIFICADO DE CAPACITACIÓN, con el nombre del participante, una vez aprobado el curso.

Valor

Valor		Fechas:
\$80.000	Valor PRE VENTA	Hasta el 05 de junio
\$100.000	Valor Normal	Desde el 06 de junio
\$120.000 (invita a una amiga/o)	2 personas por	Hasta el 05 de junio

Nuestros cursos o talleres están certificados bajo la Norma Chilena de Calidad NCh2728 2015 por lo que esta actividad se considera como Capacitación (perfeccionamiento) mejorando competencias profesionales y laborales.

Centro de Capacitación Alicap está reconocido por Sence para impartir cursos con franquicia tributaria.

OTEC ALICAP



CENTRO DE CAPACITACIÓN ALICAP

Av. Exequiel Fernández 3397, Macul, Santiago

Contacto: 942089262

contacto@otecalicap.com

www.otecalicap.com