

Název zájmového kroužku: Tvoříme si nový svět

Lektor: Renata Dušková

Určeno pro žáky: 1. – 4. ročníků

Zájmový kroužek pro všechny žáky, kteří se chtějí věnovat sami sobě. Všem, kteří hledají uvolnění, chtějí rozvíjet svou intuici a všem těm, kteří si chtějí ve svém životě udržet radost.

Prostor: Učebna (bývalá ZM)

Pomůcky:

Žák: podsedák, slabá pokrývka, tužka a poznámkový blok

Škola: PC, dataprojektor, éterické oleje, výukové karty

Navrhovaný termín: středa, nejdříve od 14:00 hod. (max. 90 min.)

Rámcový program:

- Objevování a posilování vlastní sebehodnoty
- Proces od sebelásky k sebevědomí
- Svět v přítomném okamžiku
- Uvědomovat si radost nad strachem
- Dobré rady pro všechny časy
- Aktivity s motivačními kartami
- Jak pracovat s krystaly a jejich využití v každodenním životě
- Metody relaxace a meditace
- Harmonizace čakr
- Vděčnosti v každodenním životě
- Intuice a ego
- Metoda Octo codes, trigramy aneb jak obléknout nejen své tělo, ale i duši

V Náchodě 18. 9. 2022

Renata Dušková

SZŠ Náchod - EA