



Seminář pro rodiče „Využití relaxačních technik v procesu domácí přípravy dítěte na školu“

Plzeň: 8. 10. 2016 (14:00–16:00)

Domácí příprava dítěte na školu je pro rodiče často obtížnou oblastí, zvláště pak rodiče dětí, které ve škole často z nejrůznějších důvodů selhávají, vyjadřují potřebu podpory v této oblasti. Seminář pro rodiče pořádaný Diakonií ČCE – střediskem Západ v rámci projektu Cesty k inkluzi (KA4) byl zaměřen na představení zásad rozvržení času a obsahu pravidelné domácí přípravy na školu, důležitosti odpočinkových aktivit během domácí přípravy. Účastníkům byly prezentovány vybrané relaxačních techniky využitelné v domácí přípravě dětí na školu, zároveň si všichni mohli tyto techniky také prakticky vyzkoušet. Během semináře měli účastníci možnost navzájem sdílet své zkušenosti, diskutovat o tom, co se v domácí přípravě jejich dětí osvědčilo i o tom, v čem by se nadále potřebovali zlepšovat a vzdělávat.

Semináře se účastnilo 8 rodičů. Účastníci v reflexích hodnotili seminář velmi pozitivně, téma odpočinku a využití relaxace v domácí přípravě dětí na školu pro ně bylo povětšinou nové. Přínos semináře účastníci spatřovali především v možnosti praktického nácviku daných relaxačních technik, ale také v příležitosti sdílet zkušenosti s ostatními rodiči a získat nové dovednosti využitelné v jejich každodenním životě.