



STILTE DOCENT - JAAR 2

INHOUD

Meer aandacht in de klas. Tijdens de jaaropleiding **Stilte Docent** leer je de kinderen in de klas (en jezelf!) om de stilte op te zoeken. En even helemaal tot zichzelf te komen. Ze krijgen meer controle over alle (pieker)gedachten en kunnen zich beter concentreren. Het is het vervolg op de opleiding Yoga Docent. Naast het ervaren wat stilte met jou en je leerlingen doet, ga je het ook begrijpen door het bestuderen van de yoga-teksten. Tevens leer je hoe je – door zelf regelmatig yoga te beoefenen – met meer aandacht les kan geven. Het lesjaar bestaat uit 10 lesdagen. Aansluitend kun je deelnemen aan leerjaar 3: Filosofie Docent.

ACHTERGROND

De Spirituele School leert kinderen en hun opvoeders technieken om controle te krijgen over hun zintuigen, hun zinnen (de mobiele telefoon bijvoorbeeld) en hun gedachten.

Dit doel trachten we te bereiken met Raja Yoga, ook wel koninklijke yoga genoemd. De yogaprincipes zijn te herleiden tot 8

stappen, zoals die duizenden jaren geleden door Patanjali zijn opgeschreven.

De Spirituele School heeft een lesprogramma ontwikkeld in 3 modules (yoga, meditatie en filosofie) van 10 lesdagen voor docenten.

De opleiding is vanaf 2012 ontworpen door Angela de Rie (opgeleid bij het Raja Yoga Instituut tot yogadocent) en pedagoog.

PROGRAMMA

Het totale programma van de docentenopleiding bestaat uit drie leerjaren. In het tweede leerjaar staat de controle over de zintuigen, de zinnen en de gedachten centraal.

We volgen een leermodel, waarbij de yoga sutra's als leidraad dienen. Na het bestuderen van deze klassieke yogateksten, doorloop je de volgende fasen: begrijpen, zijn en vervolgens zelf doceren.

De module wordt afgesloten met een "meesterproef". Bij de tweede module is dat een meditatie van minimaal 30 minuten.

CERTIFICAAT

Bij 90% aanwezigheid, het voltooien van je "meesterproef" en een ingeleverd portfolio, ontvang je een certificaat van deelname. Dit certificaat is drie jaar geldig, daarna dien je ieder jaar een opfriscursus te volgen van een dag. Ook kun je met dit certificaat doorstromen naar het derde studiejaar.

EEN LESDAG

Iedere lesdag bestaat uit 1,5 uur yogaoefeningen (lichaamshoudingen, concentratieoefeningen e.d.), 0,5 uur concentratie en meditatie, 1,5 uur theorie en ongeveer 1,5 uur voor een creatieve afsluiting of een spel. Voor zelfstudie wordt 10 uur per week aangehouden.

VOOR WIE?

De opleiding kan gevolgd worden met een certificaat van deelname van de eerste module Yoga Docent.

DOOR WIE?

De gehele opleiding wordt begeleid door Angela de Rie. Zij heeft haar Raja Yoga opleiding (basis, docenten en meesters) gevolgd bij Philip Ajita Barbier van het Raja Yoga instituut. En is lid van de SYN (Samenwerkende Yogadocenten Nederland) Daarnaast is zij pedagoog en heeft ze met haar praktijk ruim 10 jaar ervaring met het begeleiden van zowel kinderen, ouders als docenten. Zij is auteur van het boek Blijve Kinderen, dat gaat over het raakvlak van yoga en opvoeden.

DETAILS

omvang: 10 lesdagen (van ongeveer 5 uur)

inclusief: kennismakingsgesprek en 2 x individuele coaching.

prijs: 850 euro (overleg met je HR-adviseur of dit bekostigd kan worden door je werkgever)

betaling: ongeveer een week voor aanvang van de opleiding ontvang je een factuur, die in 1 keer. Mocht dit onoverkomelijk zijn, neem dan contact met ons op.

vrijstellingen: omdat we uitgaan van een doorlopende leerlijn, kunnen er geen vrijstellingen worden verstrekt.

locatie: de Spirituele School in Waterland of op de eigen school

bedenktijd: er geldt een bedenktermijn van 14 dagen na aanmelding. Binnen deze termijn kan de opleiding kosteloos telefonisch geannuleerd worden.

LESMATERIAAL

- [Yoga Sutra's van Taimni](#) (zelf aanschaffen: 25,00 euro)
- [Yoga Dipika van Iyengar](#) (zelf aanschaffen: 34,90 euro)
- Studiegids (inbegrepen)

EFFECTEN

Over de (wetenschappelijke) onderzoeken naar Yoga en mindfulness (een vorm van meditatie) is op het internet heel wat te vinden. Alles valt of staat met de vorm en intensiteit van de beoefening. We streven er naar om zoveel mogelijk vanuit hart en ziel te handelen.

KLACHTEN

Klachten zijn veelal een kans om te groeien, als student, als docent en als organisatie. Heb je een klacht, neem dan in eerste instantie contact op met de docent. Deze zal met je in gesprek gaan,

om te kijken hoe we er gezamenlijk uit kunnen komen. Lukt dit onverhoopt niet, dan word je doorverwezen naar de verdere klachtenprocedure.

AANMELDING

1. Aanmelding voor de opleiding geschiedt via de website o.v.v. naam, mailadres en telefoonnummer.
2. Binnen 2 dagen nemen we contact met je op voor een telefonische intake.
3. Je ontvangt vervolgens de officiële bevestiging van je deelname.
4. Je hebt vervolgens twee weken bedenktijd (mocht je willen afzien van de inschrijving, neem dan binnen deze bedenktijd telefonisch contact met ons op).
5. Een week voor aanvang, ontvang je de factuur.

