# מעבר לטכניקה

**האם אני מדריך תרגילים או מורה דרך בשיטת פילאטיס?**

רצף סדנאות שיעסקו בחזון ובדמות המורה, במגע ידי הקסם שלו, פיתוח אינטימיות מקצועית

וכיצד ניתן להפוך קשיים ומכשולים להזדמנות לצמיחה.

הסדנאות כולן בהנחיית תמר צחי מורה למורים מזה שנים רבות.

ניתן להירשם לסדנא אחת בלבד וכמובן גם לכולן.

**פירוט הסדנאות:**

1. **דמות המורה**

כמעט כל אחד זכה למורה בעל שיעור קומה באיזו שהיא תקופה בחייו.

מי היא אותה דמות? מה הפך אותה לכזאת בעיננו?

האם אנחנו רוצים ויכולים להיות מורים כאלה לתלמידים שלנו?

בסדנת "דמות המורה" נחזור אחורה בזמן ונבחן מהן אותן סגולות מיוחדות וניווכח שגם אנחנו יכולים.

1. **הכוונה והעצמה בעזרת מגע ידיים**

אחד מכישורי המורה להוביל התלמיד שלו מעבר לגבולות היכולת היא בעזרת סיוע פיזי והכוונה ידנית – מגע ידיים.

בסדנא נכיר צורות מגע שונות ואופני מגע מתאימים לדפוסי גוף שונים.

נלמד מהו המידע הלא מסופר, הלא מדובר והבלתי נראה שניתן לקלוט בעזרת מגע ידיים.

נלמד כיצד לתת עזרה ידנית בתרגילים ברמה גבוהה במיוחד וניווכח כיצד התלמידים שלנו "עולים מדרגה" בזכות הסיוע שנגיש להם.

1. **אינטימיות מקצועית**

מפתח מרכזי בפיתוח ומימוש מלא של יכולות התלמיד, הינו תחושת קרבה טובה בין המורה לתלמיד.

אני מכנה קשר זה "אינטימיות מקצועית".

לא פעם הקושי העומד בפנינו כמורים הוא לא החומר והתרגילים, אלא דמות התלמיד העומדת בפנינו שלא תמיד קריאה לנו, התלמיד אינו סומך עלינו, התלמיד מביע התנגדויות ועוד.

בסדנא נדון מהי "אינטימיות מקצועית"? כיצד נוכל ליצור קרבה ומה הם הכלים העומדים לרשותנו.

נתרגל ונשתמש בכלים האלה הלכה למעשה בין משתתפי הסדנא, במטרה שאלה יהפכו נחלת כל אחד מאתנו ביצירת תקשורת וקרבה בינינו לבין התלמידים שלנו.

1. **החזון והאתגרים שלי כמורה לפילאטיס**

מטרת הסדנא לקיים שיח פתוח ומפרה על מי אני? מה היעוד שלי? למה אני כאן? למה בחרתי ואני עדיין בוחרת להיות מורה לפילאטיס.

במהלך הסדנא נבדוק מה האתגרים העומדים בפניכם בעבודתכם כמורים.

ננסה לתת לכם כלים להתמודד עם האתגרים והקושי העומדים בדרככם להגשים את מטרותיכם.

ננסה להפוך מכשולים וקשיים להזדמנות לצמיחה!

**מועדי הסדנאות**

* "דמות המורה" - יום ג', 20.10.15, בין השעות 11:00 – 15:00
* "הכוונה והעצמה בעזרת מגע ידיים" - יום ו', 13.11.15, בין השעות 12:30 – 16:30
* "אינטימיות מקצועית" - יום ו', 11.12.15, בין השעות 12:30 – 16:30
* "החזון והאתגרים שלי כמורה לפילאטיס" - יום ו', 22.1.16, בין השעות 12:30 – 16:30

**מיקום**

הסדנאות תיערך בסטודיו צפון תל אביב, "מרכז רב ספורט", רח' שיטרית 6, תל אביב.

חניה חופשית!

### דמי השתתפות

הרשמה מוקדמת מקנה 5% הנחה לנרשמים עד 1.10.2015

תשלום עבור סדנא אחת: 400 ₪

שתי הסדנאות: 750 ₪

שלוש הסדנאות: 1,050 ₪

ארבע הסדנאות: 1,300 ₪

בברכה,

תמר צחי

#

# טופס הרשמה לסדנאות

שם ומשפחה: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ כתובת: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

מס' טלפון: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ מס' טלפון נייד: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\* דואר אלקטרוני: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\* אני הח"מ מסכים לקבל הודעות על סדנאות, הסדנאות ופעילויות מיוחדות בסטודיו תמר לפילאטיס בדואל ובהודעות טקסט לטלפון סלולארי. [ ]  איני מסכים לקבלת המידע כנ"ל.

מבקש להירשם לסדנאות (נא לסמן בתיבת הסימון):

[ ]  "דמות המורה"

[ ]  "הכוונה והעצמה בעזרת מגע ידיים"

[ ]  "אינטימיות מקצועית"

[ ]  "החזון והאתגרים שלי כמורה לפילאטיס"

[ ]  ויזה [ ]  ישראכרט [ ]  מאסטרכארד [ ]  אמריקן אקספרס. כרטיס מסוג דיינרס אינו מתקבל.

שם בעל הכרטיס: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ מס' הכרטיס: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

תוקף הכרטיס:       מס' ת.ז. של בעל הכרטיס: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

סך הסכום לתשלום: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**מספר תשלומים מבוקש**:

(עד 1,000 ₪ ניתן לשלם עד 2 תשלומים, מעל 1,000 ₪ניתן לשלם עד 4 תשלומים).

[ ]  עד 1,000 ₪ ניתן לשלם עד 2 תשלומים

[ ]  מעל 1,000 ₪ 4 תשלומים

**תנאי ביטול**

החזר כספי, בניכוי דמי ביטול בסך 100 ש"ח, יינתן למבטלים עד 21 ימי עבודה ממועד הסדנא הראשונה.
לאחר מכן לא יינתן החזר כספי. ביטול חייב להישלח בפקס חתום על ידי המבקש.

ההרשמה הינה שמית ואינה ניתנת להעברה לאדם אחר.

תאריך: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ חתימה: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

הרשמה בדואר, בפקס: 03-6448995 ובדואל: info.studiotamar@gmail.com