

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO we WROCŁAWIU
Katedra Nauk Humanistycznych i Promocji Zdrowia,
Zakład Promocji Zdrowia i Technik Relaksacyjnych,
Podyplomowe Studia Technik Relaksacyjnych,
Podyplomowe Studia Psychosomatycznych Praktyk Jogi
we współpracy ze Stowarzyszeniem Trenerów i Praktyków Relaksacji „Przestrzeń”

seminarium naukowe

JOGA W POLSCE

PRZESZŁOŚĆ, TERAŹNIEJSZOŚĆ, PRZYSZŁOŚĆ

Pod honorowym patronatem

JM Rektora AWF Wrocław Dr. hab. Andrzeja Rokity, prof. AWF
Dziekana Wydziału Wychowania Fizycznego AWF Wrocław Prof. dr. hab. Krystyny Zatoń

8-9 PAŹDZIERNIKA 2016 r.



PROGRAM

Sobota

9.00-10.00 – rejestracja uczestników

10.00-10.15 – otwarcie seminarium

10.15- 13.15 sesja A - Leon Cyboran, postać niezwykła (prowadzą Krzysztof Stec i Tomasz Ciechanowski)- sala 1/2b

10.15-10.35 „Leon Cyboran – pasja życia, pasja jogi”, Aneta Augustyn

10.35-10.55 „Mój brat – o życiu Leona”, Zofia Muzyka

10.55-11.15 „Wkład Leona Cyborana do badań nad jogą”, Tadeusz Suchocki

11.15-11.45 – przerwa kawowa

11.45-12.00 „Na czym polegało Studium Wiedzy i Praktyki Jogi im. dr Leona Cyborana w Lublinie?”,
Krzysztof Śliwiński

12.05-12.25 „Aspekty psychologiczne w myśli Leona Cyborana”, Leon Ciechanowski, Tomasz Ciechanowski

12.25-13.15 dyskusja

13.15- 14.00 – przerwa obiadowa

14.15-15.45 sesja C - Yoga in schools - międzynarodowa sesja (skype) poświęcona jogie w szkołach na świecie (prowadzą Lesław Kulmatycki i Krzysztof Stec) - sala 3/11 b

- Yoga in Education and Education in Yoga – Subodh Tiwari - Indie
- Yoga in Adivasi Schools – Jeanette Monosoff Haley, Hires Sankhe, Harshala Jadhav, Yogita Kale – Indie
- Yoga in development of modern world - child development - Omji Gupta –Indie
- Yoga for Holistic School Education – Yogacharya Jadranko Miklec – Chorwacja
- Yoga Nidra and Education in the Society; an Unusual Point of View – Andre Riehl – Francja
- Yoga in Schools: The Scientific Rationale and Research Evidence - S.B. Khalsa – USA
- Effectiveness of a School-Based Yoga Program on Adolescent Stress Resilience - Bidyut K. Bose – USA

14.15-15.45 warsztaty do wyboru (równolegle w czasie sesji)

warsztat 1 - „Joga na krześle”, Małgorzata Kozłowska - sala 1/11

warsztat 2 - „Pozwól mi oddychać”, Magdalena Karciarz- sala 3/15

warsztat 3 - „Joga w kontekście hermeneutyki wertykalnej na podstawie sutr Patańdzalego”, Adam Zabłocki
– sala tańców

15.45-16.00 - przerwa kawowa

**16.00 -18.30 sesja B - Historia jogi w Polsce (prowadzą Lesław Kulmatycki i Iwona Kozłowiec)
- sala 1/2b**

16.00-16.20 „Maurycy Frydman – organizator, tłumacz, jogin”, Krzysztof Stec

16.20-16.40 „Tadeusz Pasek – prekursor jogi akademickiej”, Iwona Kozłowiec

16.40-17.00 „Duchowy system radżajogi – ścieżka do wyższej świadomości”, Halina Paradela

17.00-17.20 „Teraźniejszość jogi w Polsce w ujęciu socjologicznym”, Justyna Moćko

17.20-18.30 „Niedoceniona wielkość Wandy Dynowskiej”, film (50 min.) i prelekcja dotycząca Wandy
Dynowskiej „Dusza oświecona – trzy imiona Umy Devi”, Michał Orzechowski

18.30 - 19.00 dyskusja

19.00-20.30 – część artystyczna, sala 1/11

19.00-19.15 – wystawa fotografii „Medytujący” (Halina Paradela) oraz rysunków „Tematy indyjskie”
(Ryszard Sawicki)

19.30-20.00 – wieczór poezji i muzyki „Myśli głupie i niegłupie” Leona Cyborana (Karolina Brzezińska
i Adam Zabłocki)

Niedziela

9:00-10:00 warsztaty do wyboru:

warsztat 4 - „Siła spokoju, czyli dlaczego nastolatki potrzebują jogi”, Ewa Kaian-Kochanowska - sala 1/11
warsztat 5 - „Somayog - metoda łącząca doświadczenia jogi klasycznej z najnowszymi osiągnięciami terapii jako remedium na stres i chaos współczesnego stylu życia”, Inga Schorowska - sala 3/15
warsztat 6 - „Joga interpersonalna w budowaniu relacji terapeutycznej”, Katarzyna Bulińska - sala tańców

10:00-12:15 sesja C - Joga i relaksacja w szkole (prowadzą Krystyna Boroń-Krupińska i Katarzyna Torzyńska)

10:00 - 10:20 „Kształcenie instruktorów jogi w Polsce – refleksje”, Janusz Szopa

10:20 - 10:40 „Pokolenie Z i joga”, Elżbieta Marcińska

10:40 - 10:50 – przerwa kawowa

10:50 - 11:10 „Program radzenia sobie ze stresem w polskiej szkole”, Anna Urbańska

11:10 - 11:30 „Joga w moim liceum- ocena całorocznego projektu”, Marta Kłapetek

11:30 - 12:15 dyskusja

12:15 - 12:45 - przerwa obiadowa

12:45 - 14:00 warsztaty do wyboru

warsztat 7 - „Kurs uważności dla dzieci i rodziców”, Eryk Ołtarzewski - sala tańców

warsztat 8 - „Kreatywne metody stymulowania uważności w ramach zajęć jogi dla dzieci”, Maria Potężny-Jakubowicz - sala 1/11

14:00- 15:30 sesja D - Joga a promocja zdrowia i jakość życia (prowadzą Katarzyna Torzyńska i Magdalena Karciarz)

14:00 - 14:20 „Wybrane zasoby osobiste a poczucie dobrostanu psychofizycznego w jodze”, Katarzyna Torzyńska

14:20 - 14:40 „Czy dwumiesięczny program relaksacyjny może obniżyć obciążenie zawodowe

fizjoterapeutów opieki długoterminowej?”, Katarzyna Bulińska

14:40 - 15:00 „Stan niedualny w praktykach jogi – opis na podstawie doświadczeń własnych”, Anna Mazur

15:00 - 15:20 „Joga i medytacja w badaniach jakości życia”, Lesław Kulmatycki

15:20 - 16:00 dyskusja

16:00 - 16:30 podsumowanie i zakończenie seminarium, Lesław Kulmatycki, Krystyna Boroń-Krupińska

Wszystkie sesje i warsztaty odbywają się w budynku Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, ul. Rzeźbiarska 4. Dodatkowe Informacje: krystyna.boron-krupinska@awf.wroc.pl

Komitet naukowy:

Dr hab. prof. AWF Wrocław Lesław Kulmatycki (przewodniczący)

Dr hab. prof. AWF Katowice Janusz Szopa (zastępca przewodniczącego)

Prof. dr hab. Krzysztof Konecki

Dr hab. prof. DWSE Wrocław Joanna Kruk-Lasocka

Dr Krzysztof Stec

Dr Krystyna Boroń-Krupińska

Dr Magdalena Karciarz

Dr Katarzyna Torzyńska

Komitet organizacyjny:

Dr Krystyna Boroń-Krupińska (AWF Wrocław) (przewodnicząca)

Dr Katarzyna Torzyńska (zastępczyni przewodniczącej)

Dr Krzysztof Stec

Dr Magdalena Karciarz

Dr Katarzyna Bulińska

Mgr Aneta Augustyn

Magdalena Grocholska-Nowacka

Dr hab. prof. AWF Wrocław Lesław Kulmatycki

P A T R O N I M E D I A L N I

PRZESTRZEN
stowarzyszenie trenerów i praktyków relaksacji

 **JOGA-JOGA.PL**
życie w równowadze