

명상, 교사와 학생이 함께 성장하는 생활교육 교원직무연수 참가 안내 (2박 3일, 17시간)

1. 연수기간

- 1기 2019. 05.17(금) 19:20 ~ 2019.05.19(일) 16:20
- 2기 2019. 06.14(금) 19:20 ~ 2019.06.16(일) 16:20

2. 연수 안내 및 등록

- 이 연수는 자신의 내면을 돌아보는 실기 위주의 명상 연수입니다.
- 휴대폰, 전자기기 등 명상에 방해 되는 물품은 연수기간 중에 보관해 드립니다.
(필요 시 사용가능)
- 연수 등록 2019. 05.17(금), 2019. 06.14(금) 각 17:30 ~ 19:20

3. 준비물

- 세면도구(치약, 칫솔, 세안용 비누, 샴푸, 수건, 헤어드라이기 등)
- 개인물통, 무릎담요, 간편복(앉아있기에 편한 복장)
- 편한 신발, 선크림, 모자(걷기 명상 시 필요)
- 상용중인 약 또는 식품 등
- 간단한 생필품은 연수 장소에서 구입 가능합니다.

4. 교통편 안내

연수 장소: 마음수련 메인센터 (충남 논산시 상월로 749-23)

1) 개인 차량 이용: www.meditaionedu.org의 연수소개-오시는 길 안내를 참고하시길 바랍니다.

2) 차량 안내

연수에 오시는 분들을 위해 5.17(금), 6.14(금)은 대전역(18:00)과 공주종합버스 터미널(18:30)에서 차량지원을 해드립니다.

- 오시는 길 : 5.17, 6.14(금) 대전기차역(18:00), 공주종합버스터미널 (18:30)
- 가시는 길 : 5.19, 6.16(일) 연수장소 출발(16:30) → 대전역(17:35) → 대전복합터미널(17:45)

대전역 승차 위치: 대전 지하철 3번 출구에서 역전약국 쪽으로 80m지나 동남의료기 앞

대전 복합터미널 승차 위치: 터미널 맞은편 한국병원 앞

공주 종합터미널 승차위치 : 터미널 맞은편 코러스마트 앞 버스 정류장



2박 3일 교원연수 일정표

1기 2019. 05.17(금) 19:20 ~ 2019.05.19(일) 16:20

2기 2019. 06.14(금) 19:20 ~ 2019.06.16(일) 16:20



시간		주요 교육 내용
1일차	개강식 (19:20~19:30)	입소식 및 연수안내, 안전교육
	1교시	갤러리워크
	2교시 (20:30~21:20)	성찰과 명상
2일차	1교시 (09:00~9:50)	마음의 형성 원리
	2교시	마음빼기 명상의 방법
	3교시	마음빼기 명상1
	점심 (12:20~13:20)	점심식사 & 풀기체조
	4교시	전문가 특강
	5교시	마음빼기 명상2
	6교시	마음빼기 명상3
	7교시	독서명상1
	저녁 (18:00~19:00)	저녁식사 & 건강체조
	8교시	마음의 작용 원리
	9교시 (20:30~21:20)	마음빼기 명상4
3일차	1교시 (09:00~9:50)	선택명상(걷기명상, 집중명상)
	2교시	큰마음으로 만드는 행복한 교실
	3교시	마음빼기 명상5
	점심 (12:20~13:20)	점심식사
	4교시	교실명상 사례발표
	5교시	독서명상2
	6교시 (15:20~16:05)	관계와 소통의 방법 나누기
	종강식 (16:05~16:20)	수료식

※ 위 일정표는 상황에 따라 변경될 수도 있습니다.

연수비 환불 규정

기간	내용
연수 시작일 1주일 전	연수비 전액 환불
연수 시작일 6일전 ~ 4일전	교육비 전액 환불, 숙식비 1/2 환불
연수 시작일 3일전 ~ 1일전	교육비 전액 환불, 숙식비 환불 불가
연수 시작일 ~ 연수 1/3 기간까지	교육비 2/3 환불, 숙식비 환불 불가
연수 1/3 초과 ~ 연수 1/2 기간까지	교육비 1/2 환불, 숙식비 환불 불가
연수 1/2 초과	연수비 전액 환불 불가