

Anleiter:in für Yoga mit Kindern

Gesundheitsbildung in der Kita

Fortbildungsreihe

Inhalt

Nicht nur in der Welt der Erwachsenen hat der Stress Einzug gehalten. Viele Kinder erleben ihn gleichermaßen. Verplante "Freizeit" hindert Kinder sowohl am freien fantasievollen Spiel als auch an Möglichkeiten, selbstbestimmte natürliche "Pausen" einzulegen.

Kinder haben vermehrt motorische Schwierigkeiten, Haltungsschäden, Sprachstörungen, Allergien oder Übergewicht. Kinderyoga verbessert auf der körperlichen Ebene die Motorik, die Körperhaltung und -wahrnehmung, löst Muskelverspannungen, schult die Körperkoordination und -aufrichtung sowie die Beweglichkeit. Auf der mentalen Ebene fördert es die Entspannung, die Konzentrationsfähigkeit und die Beobachtungsgabe.

In der Yogastunde wechseln sich Bewegung und Ruhe ab. Das hilft, wie schon in der Steinzeit, den Stress abzubauen.

Nutzen

Die Teilnehmenden erleben Übungen aus dem Kinderyoga, die in den Phasen zwischen den Kursteilen in der direkten Arbeit mit Kindern erprobt werden können. Die Reflexion der eigenen Anleitungserfahrungen bilden die Basis, um immer sicherer mit Kindern Yogaübungen im Alltag durchführen zu können.

Zeitraumen / Programm

Modul 1: 16.-17.09.2024
Modul 2: 07.-08.10.2024
Modul 3: 16.-17.12.2024

jeweils am

1. Tag: 10:00 - ca. 18:00 Uhr
2. Tag: 09:00 - ca. 16:30 Uhr

Eine Anmeldung ist nur für die gesamte Reihe möglich.

Methoden

Die Arbeit erfolgt im Plenum und Kleingruppen unter Einbezug vielfältiger methodischer Impulse.

Hinweis:

Bitte bringen Sie zu allen Terminen bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und evtl. ein kleines Kissen mit.

Anbieter

LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho

Referentin / Referent



Ulrike Heppner
Erzieherin, Entspannungspädagogin, Yogalehrerin

Auskunft zu Inhalten



Nicole Piel
E-Mail: nicole.piel@lwl.org
Telefon: 05733 923-326

Auskunft zu Anmeldung und Organisation

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.
LWL-Bildungszentrum

Online anmelden

<https://www.lwl-bildung.de/detail?seminar=47329>

Veranstaltungsnummer

24-0603-208-0090-0003

Datum

16.09.2024 - 17.12.2024

Anmeldeschluss

26.08.2024

Ort

LWL-Bildungszentrum
Jugendhof Vlotho
Oeynhausener Str. 1
32602 Vlotho
Tel.: 05733 923-0
[Karte und Routenplaner](#)

Teilnehmendenkreis

pädagogische
Mitarbeitende und
Leitungen aus
Kindertagesstätten

Teilnehmendenzahl

16

Kosten

450,00 €
Teilnahmeentgelt
168,00 € Verpflegung
387,01 € Übernachtung
EZ mit Vollverpflegung
327,01 € Übernachtung
DZ mit Vollverpflegung
**inkl. gesetzl.
Umsatzsteuer**



Heidi Jurkewitz
E-Mail: heidi.jurkewitz@lwl.org
Telefon: 05733 923-312

Wir über uns

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) steht für erstklassige Fortbildungen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe sowie im Fachgebiet Suchthilfe. Durch die Kombination bewährter und innovativer Methoden bieten wir den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, beruflich und persönlich zu wachsen. Mit unseren praxisorientierten Angeboten fördern wir den Erfahrungsaustausch in unserer Region. Was uns auszeichnet? Hochwertige Wissensvermittlung zu fairen Konditionen. www.lwl-bildung.de