



## Kooperation Schule – Berliner Sportverbände

### Zentrale Fortbildung für Sportlehrerinnen und Sportlehrer

**Sportart: sportartübergreifend**



<b>Titel:</b>	Gesundheitsförderung für Kinder der Schuleingangsstufe durch Bewegung, Ernährung und Entspannung	
<b>Veranstaltungsnummer:</b>	SP22120	
<b>Veranstalter:</b>	Sportjugend Berlin	
<b>Datum:</b>	Mo. + Di., 23. und 24.05.2022	
<b>Zeit:</b>	jeweils 9.00 Uhr bis 15.30 Uhr (15 LE)	
<b>Veranstaltungsort:</b>	Bildungsstätte der Sportjugend Berlin	
<b>Thema:</b>	Gesundheitsförderung für Kinder der Schuleingangsstufe durch Bewegung, Ernährung und Entspannung	
<b>Form der Veranstaltung:</b>	Zweitagesseminar, Vollzeit mit Verpflegung, Theorie-Praxis-Mischung	
<b>Referent(in):</b>	Simone Gloeckner	
<b>Teilnehmergebühren:</b>	€ 80,00	
<b>Meldungen per Fax an:</b>	(030) 3000 71 59	
<b>Meldungen per eMail an:</b>	<a href="mailto:Bildungsstaette@sportjugend-berlin.de">Bildungsstaette@sportjugend-berlin.de</a>	
<b>Informationen unter:</b>	<a href="http://www.sportjugend-berlin.de">www.sportjugend-berlin.de</a> (Bildungsstätte/Fortbildungen)	
<b>Meldeschluss:</b>	09.04.2022	

### **Zielstellung der Fortbildung**

Bewegung, Entspannung und gesunde Ernährung führen zu Wohlbefinden auf körperlicher sowie geistiger Ebene und sind Bestandteil der Bildungspläne in Kita und Schule. In diesem Seminar werden erprobte Bewegungs- und Entspannungsübungen aus dem Yoga sowie Anregungen zum Thema „gesunde Ernährung“ vorgestellt, gestaltet und ausgewertet.

### **Inhalte**

Die Seminarteilnehmer/-innen lernen praktische Übungen in Form von Bewegungsabläufen, Bewegungsspielen, Entspannungsübungen, Massagen und Klängen für die Schuleingangsstufe kennen, die einfach und spontan in den pädagogischen Alltag integriert werden können.

### **Bemerkungen**

Bitte bewegungsfreundliche Kleidung, Fleecepulli, Extrasocken, Sportschuhe und Schreibmaterial mitbringen.