



Kooperation Schule – Berliner Sportverbände

Zentrale Fortbildung für Sportlehrerinnen und Sportlehrer

Sportart: sportartübergreifend



Titel:	Yoga für Kinder
Veranstaltungsnummer:	SP22122
Veranstalter:	Sportjugend Berlin
Datum:	2 x Di., 10. und 17.05.2022
Zeit:	jeweils 9.00 Uhr bis 15.30 Uhr (15 LE)
Veranstaltungsort:	Bildungsstätte der Sportjugend Berlin
Thema:	Yoga für Kinder
Form der Veranstaltung:	Zweitagesseminar, Vollzeit mit Verpflegung, Theorie-Praxis-Mischung
Referent(in):	Kitty Baar, Simone Gloeckner
Teilnehmergebühren:	€ 80,00
Meldungen per Fax an:	(030) 3000 71 59
Meldungen per eMail an:	Bildungsstaette@sportjugend-berlin.de
Informationen unter:	www.sportjugend-berlin.de (Bildungsstätte/Fortbildungen)
Meldeschluss:	16.04.2022

Zielstellung der Fortbildung

Spielerisch den Körper kräftigen, dabei Konzentration und innere Ruhe finden, das alles und noch viel mehr kann Yoga für Kinder sein. Neben den vielen positiven Wirkungen zur Gesunderhaltung des Körpers kann auch das Gruppenverhalten günstig beeinflusst werden. Schwerpunkte der Seminare sind die Didaktik und Methodik des Yoga mit Kindern sowie die Planung und Durchführung von kindgerechten Yogaübungseinheiten.

Inhalte

In Spiele, Sprechverse und Geschichten eingebettet, können Yogaübungen schon kleinen Kindern lustvoll vermittelt werden. Sie fördern den Bewegungsdrang der Kinder und die Entspannungsübungen helfen, die nötige Ruhe zu finden, die in einer schnelllebigen Zeit so leicht verloren geht. Diese Einheiten beinhalten kräftigende Körperübungen, Koordinations-, Konzentrations- und Achtsamkeitsübungen, Entspannungsgeschichten sowie Rückenmassagen und bieten so eine geeignete Möglichkeit, die Kinder ganzheitlich zu fördern.

Bemerkungen

Bitte bewegungsfreundliche Kleidung, ggf. Yogamatte, Fleecepulli, Extrasocken und Schreibmaterial mitbringen.