



Titel:	Gesundheitsförderung
Veranstaltungsnummer:	SP23115
Veranstalter:	Sportjugend Berlin
Datum:	5.+6.6.2023
Zeit:	jew. 9.00 bis 15.30 Uhr
Veranstaltungsort:	Bildungsstätte der Sportjugend
Thema:	Gesundheitsförderung für Grundschul Kinder
Form der Veranstaltung:	Zweitagesseminar, Theorie-Praxis-Mischung
Referent(in):	S.Gloeckner
Teilnehmergebühren:	EUR 90,00
Meldungen per Fax an:	
Meldungen per eMail an:	Bildungsstaette@sportjugend-berlin.de
Informationen unter:	www.Sportjugend-Berlin.de Bildungsstätte Fortbildungen
Meldeschluss:	12.6.2023

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.