

395/2020: Yoga mit Kindern - den eigenen Körper bewusst wahrnehmen - Kooperation mit dem VETK



Zielgruppe

Pädagogische Fachkräfte

Termine

10.09.2020 - 11.09.2020

Uhrzeit

09:00-16:00Uhr

Ort

Diakonische Akademie für Fort- und Weiterbildung e.V.
im Haus der Diakonie
Paulsenstr. 55-56
12163 Berlin

ReferentInnen

Simone Glöckner Yogalehrerin,
Physiotherapeutin

Leitung

Claudia Siegel

Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter
www.diakademie.de

Informationen

Tel.: 030 - 82097 117

Kursgebühren

190 €

Kursgebühren für Mitglieder

140 €

Bemerkungen zu den Kosten

VETK Mitglieder zahlen aufgrund einer Förderung eine Kursgebühr in Höhe von 90 Euro.

Beschreibung

Yogaübungen führen die Kinder zu einem guten Körpergefühl, fördern das Lernen mit allen Sinnen, verbessern die Wahrnehmung und Konzentration und entwickeln ein gesundes Selbstbewusstsein. Durch kindgerechte Entspannungen können sich die Gedanken beruhigen, der Geist wird klarer und bereit, Lerninhalte aufzunehmen. In unserer schnelllebigen und leistungsorientierten Zeit brauchen Kinder einen klaren Verstand, Sicherheit und Selbstbewusstsein.

Yoga spricht die Kinder auf einer ganzheitlichen Ebene an und weckt verborgene Kräfte, die in einer Wettbewerbsgesellschaft leicht verloren gehen. Kinder lernen Yoga gern in Geschichten, Spielen, Sprechversen und Liedern. Es werden kindgerechte Einheiten vorgestellt, in denen Yogaübungen erlernt und die positiven Wirkungen erlebt werden können.

Schwerpunkte

- Körperwahrnehmung
- Kindgerechte Entspannungsübungen
- Übungen zur Förderung der sozialen Kompetenz
- Aufgreifen und Fördern der natürlichen Bewegungsfreude

Zugangsvoraussetzungen

Bemerkungen

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Übungsmatte oder Decke mit.