caritascampus

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Mit Kindern gemeinsam auf dem Weg zur Stille

Bewegung und Ruhe für zwei – bis sechsjährige Kinder sowie Atempausen für Mitarbeitende

Kinder ganzheitlich zu fördern bedeutet auch, den Kindern eine Grundlage zu schaffen, dass diese effektiv und kreativ lernen können. Zu diesem Fundament gehört, dass die Kinder in sich ruhen, gleichzeitig hellwach sein und sich konzentrieren können.

Entspannungsspiele und Stilleübungen bieten eine gute Möglichkeit, Kinder spielerisch zu innerer Ausgeglichenheit kommen zu lassen. Wichtig ist dabei, den Kindern Ruhe- und Bewegungsmöglichkeiten anzubieten, bei denen sie ihre Fantasie, Kreativität und Persönlichkeit entwickeln und entfalten können.

In diesem Seminar wird veranschaulicht, in welcher Form Spiele vor und nach der Entspannung, rhythmische Spiele, Stilleübungen, kindgerechte Meditationen sowie kleine Achtsamkeitsspiele und Mini-Massagegeschichten sinnvoll aufeinander abgestimmt werden können. Es werden effektive Möglichkeiten für eigene Atempausen vorgestellt, die keiner Vorbereitung und nur wenig Zeit zur Umsetzung bedürfen. Ein Konzept für einen Elternabend zu diesem Thema wird erarbeitet.

Um eine Fülle von Ideen und Spielen zur ganzheitlichen Förderung der Kinder reicher sowie selbst gestärkt, können Sie in Ihre Kita zurückkehren und werden feststellen, dass Stilleübungen nicht nur den Kindern gut tun.

Literaturhinweise:

- Monika Bücken-Schaal, Gib auf dich acht – 30 Spielverse und Rituale zur Achtsamkeit, Don Bosco Verlag.
- Monika Bücken-Schaal, Die 50 besten Spiele, die zur Ruhe führen, Don Bosco Verlag.

Nummer

24024-014

Datum

13.05.2024
14.05.2024
15.05.2024

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

MedienCampus
Nikolaus-Groß-Haus
Lilienthalstraße 11
51103 Köln

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Monika Bücken-Schaal
Diplom-Sozialpädagogin
Seminarleiterin für Autogenes Training
KLIK-Expertin
Fachbuchautorin

Teilnehmende (max.)

16

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

285.00 €

Normaler Preis für Externe

345.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.60

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

24

Material

Bitte bringen Sie eine bequeme Unterlage und ein kleines Kissen mit.