caritascampus

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

Kraft aus der Stille

Gesunder Wechsel von Ruhe und Aktivität in der Kita bei Inklusion

Die mangelnde Ruhe und Konzentrationsfähigkeit von Kindern jeder Altersklasse hat viele Namen: Hyperaktivität, Stress, Aggressivität... In der Regel leiden nicht nur die ErzieherInnen unter dem Lärmpegel, auch die Kinder fühlen sich gestresst. Viele sehnen sich nach einer ruhigeren Atmosphäre und wissen nur nicht, wie sie dahin kommen sollen.

An den Ursachen können wir zunächst nichts ändern, aber wir können lernen, anders mit der Situation umzugehen. Selbst sehr unruhigen Kindern, Inklusionskindern oder den ganz Kleinen kann man Brücken zur Stille bauen; haben sie erst erfahren, wie wohltuend es ist, von ihrer Überdrehtheit „herunter zu kommen“, fordern sie die Ruhe oft regelrecht ein und die Übungen machen ihnen richtig Spaß.

Entspannte Pädagog_innen erleichtern die Entspannung der Kinder, deshalb probieren wir kurze Entspannungsübungen für die Teilnehmenden, die sie auch gut im Arbeitsalltag zwischendurch anwenden können. Die einfachen Übungen oder Meditationen für Kinder sind zum Beispiel ruhige Körper- oder Atemübungen, kreatives Gestalten und Phantasiereisen. Ziel ist es, dass alle Teilnehmenden ein persönliches Übungsprogramm für sich und die Kinder zusammenstellen – damit alle wieder mehr Kraft und Spaß haben. Und Spaß ist die beste Motivation.

Nummer

24624-042

Datum

05.11.2024
06.11.2024
07.11.2024
08.11.2024

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Pfarrheim
Kath. Kirchengemeinde St. Anna
Franz-Jacobi-Str. 1
53757 Sankt Augustin (Hangelar)

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Bettina Blum
Pädagogin
Therapeutin
Künstlerin
Persönlichkeitstrainerin

Teilnehmende (max.)

15

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

300.00 €

Normaler Preis für Externe

380.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

2.20

Hinweis

Bitte bringen Sie einen Kittel oder alte Kleidung und eine Decke mit.

Verpflegung

Getränke

Unterrichtsstunden

32

Material

Es entstehen Materialkosten für Seminarunterlagen in Höhe von 15,00 Euro, die vor Ort bezahlt werden.