



Europäische Akademie
des Rheinland-Pfälzischen Sports
Trier



KiBA

-

KinderBewegungsAkademie

Rheinland-Pfalz

Fortbildungsprogramm + Termine 2020

1.) **Donnerstag 6. Februar 2020**, 14:30 bis 17:30 Uhr:

"Bewegungshits für Kids" – Bewegungs-AG der Kitas der VG-Konz

Fang- und Laufspiele für Klein und Groß...

Referent: Jojo Burgard (Diplomsportlehrer)

Kosten: 25 EUR

2.) **Mittwoch 4. März 2020**, 18:00 bis 21:00 Uhr:

"Komm' lass' uns in den Sommer tanzen!"

Kindertanz für Kinder (im Kita-Alter) - Kleine Tänze zu sommerbezogenen Kinderliedern, sowie zu aktueller Musik aus dem Radio. Leichte Schrittfolgen, die die Interaktion fördern und durch Improvisation überraschen - ein kleiner Ideenschatz für den Kindergartenalltag, zu verschiedenen Themenbereichen! Im Anschluss: Möglichkeiten zur Kurz- Entspannung für Kinder mit und ohne Materialien.

Referentin: Christine Boesen (Tanz- und Bewegungstherapeutin IEK)

Kosten: 25 EUR

3.) **Mittwoch 29. April 2020**, 9:00 bis 16:30 Uhr:

"Harmonisierende und kraftspendende Körperreisen mit Klangschalen und Gongs"

Dieser Tageskurs richtet sich an Erzieherinnen: immer präsent sein, alles geben – das kostet Kraft und Energie. In diesem Kurs können Sie auftanken! Geführte Körperreisen, begleitet von großen Gongs und obertonreichen Klangschalen regenerieren unser gesamtes System. Hier bekommen innere Bilder, Tiefenentspannung und Harmonie ihren Raum. Zeit für Ihren Körper, Zeit für sich selbst, Zeit in Balance zu kommen. So starten Sie wieder fit und gestärkt in Ihre Arbeit!

Referentin: Jeanette Thull (Heilpraktikerin, Klangschalenpraktikerin, KLIK-Expertin)

Kosten: 50 EUR

4.) Montag 4. Mai 2020, 9:00 bis 16:30 Uhr:

Meditation im Kindergarten (ohne spirituelle Schule)

Kinder sind heute in ihrer Entwicklung einer Vielzahl an Reizen ausgesetzt. Zudem werden zunehmend Stresssymptome im Kindesalter beobachtet: Schlafstörungen, Kopf- und Bauchschmerzen sowie Gereiztheit und Unruhe treten dabei gehäuft auf. Meditation führt angeleitet in eine Auszeit, die unsere Aufmerksamkeit von außen nach innen richtet. Wenn Kinder schon von klein auf an Auszeiten wie diese herangeführt werden, profitieren sie ein Leben lang von einer Praxis, die ihnen einen natürlichen Umgang von An- und Entspannung, von Konzentrationslenkung und -lösung lehrt. Bereits durch kleine Meditationen lernen Kinder, dass sich die Atmung verändert, der Geist zur Ruhe kommt und die Konzentrationsfähigkeit steigt. Darüber hinaus belegen Studien, dass Kinder, die regelmäßig entspannen und Auszeiten von äußeren Reizen nehmen, ein gutes Immunsystem haben und ausgeglichen sind. Als Folge wird Zufriedenheit gefördert sowie Angst und Selbstzweifel vermindert. Außerdem fördern Meditationen die Kreativität, da man bei Kindern intensiv mit Phantasie Reisen in der Meditation arbeitet. Aber auch der Umgang mit Stille wird bereits bei den Kleinen geübt und gern als Ritual von ihnen selbst angenommen und nach etwas Praxis sogar eingefordert.

Inhalte der Fortbildung:

- Kindgerechtes Meditieren ohne spirituelle Inhalte
- Geistig wach sein, Aufmerksamkeitslenkung bei Kindergartenkindern
- Bewusstes Wahrnehmen üben
- Den Körper spüren
- Atembewegungen erkennen und kindgerechte Atemtechniken erlernen
- Kinder Gedanken und Gefühle erleben und ausdrücken lassen
- Verschiedene Meditationshaltungen kennenlernen

Referentin: Alexandra Albert (Sportmentaltrainerin, Life Kinetik®-Trainerin, A-Lizenz Koordination)

Kosten: 50 EUR

5.) Donnerstag 28. Mai 2020, 11:00 bis 18:00 Uhr:

ROLLEBOLLE in St. Vith/Belgien; Teilnahme am Spiel- und Bewegungs-Aktionstag RolleBolle mit einer Kindergruppe des Kindergartens St. Valerius/Gratianstrasse Trier.

Koordinator: Stephan Kollé (Projektleiter *KiBA* - KinderBewegungsAkademie Rheinland-Pfalz)

6.) Dienstag 9. Juni 2020, 9:00 bis 16:30 Uhr:

Wir bleiben gesund! Gesundheit und Selbstfürsorge pädagogischer Fachkräfte

Pädagogisches Arbeiten ist eingebunden in komplexe Anforderungen und Verpflichtungen.

Vielfältigste Faktoren fordern Erzieherinnen und Erzieher auf körperlicher, seelischer und sozialer Ebene teilweise stark. Im schnelllebigen Kita-Alltag kommt die Gesundheit des Einzelnen daher oftmals zu kurz. Wie können Erzieherinnen und Erzieher ihre Gesundheitsressourcen erkennen? Was können sie tun um ihr eigenes Wohlbefinden zu fördern? Wie können sie darin unterstützt werden, trotz der alltäglichen Anforderungen im Berufsalltag gesund zu bleiben?

Diese Fortbildung beinhaltet

- die Auseinandersetzung mit den Themen Gesundheit, Salutogenese und Gesundheitsförderung
- die Erarbeitung eines gesundheitsförderlichen Umgangs mit alltäglichen Herausforderungen
- Bewegungs- und Entspannungselemente zur Stärkung des Wohlbefindens

Referentin: Nicole Joses (Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.)

Kosten: 50 EUR

7.) **Mittwoch 16. September 2020**, 18:00 bis 21:00 Uhr:

"Komm' lass' uns in den Herbst und Winter tanzen!"

Kindertanz für Kinder (im Kita-Alter) - Kleine Tänze zu herbst- und winterbezogenen Kinderliedern, sowie zu aktueller Musik aus dem Radio. Leichte Schrittfolgen, die die Interaktion fördern und durch Improvisation überraschen - ein kleiner Ideenschatz für den Kindergartenalltag, zu verschiedenen Themenbereichen! Im Anschluss: Möglichkeiten zur Kurz- Entspannung für Kinder mit und ohne Materialien.

Referentin: Christine Boesen (Tanz- und Bewegungstherapeutin IEK)

Kosten: 25 EUR

8.) **Dienstag 22. September 2020**, 9:00 bis 16:30 Uhr:

Zirkensische Künste für Einsteiger– Manege frei!

Im Vordergrund der Veranstaltung erlernen die Teilnehmer/innen verschiedene Zirkustechniken (Jonglage, Zauberei, Akrobatik, Clownerie, Rollenspiel) und das methodische Vorgehen bei der Vermittlung an Kinder in unterschiedlichen Entwicklungsstadien mit der Option auf ein eigenes Zirkusprojekt in der Einrichtung.

Referent: Clown Lolek (Dipl.-Pädagoge und Clown)

Kosten: 50 EUR

9.) **Montag 5. Oktober 2020**, 9:00 bis 16:30 Uhr

Emotionale Intelligenz bei Kindern

Kinder haben und zeigen starke Emotionen. Diese sind wiederholt untrennbar mit Bewegung und Sprache verwoben. Als Mensch verfügen wir über sogenannte Basisemotionen wie Wut, Angst, Freude, Scham, Ekel oder Trauer. Dieses Seminar führt ein in den Umgang mit Emotionen: Warum reagieren einige Kinder stärker mit Angst oder Wut? Warum schämen sich andere? Und vor allem wann? Und wie zeigt sich das? Warum können andere meine Emotionen erkennen? Und wie spiegeln sie sich in Gedanken und Bewegung wider? Wie können es Kinder schaffen, ihre Emotionen selbst besser wahrzunehmen und zu steuern? Und wie gelingt es mir als ErzieherIn, eine passende emotionale Umgebung für meine Kinder zu schaffen?

Diese Fortbildung gibt Einblick in Techniken des Mentaltrainings und liefert Lösungsstrategien, um Emotionen bei Kindern besser erkennen und einen angemessenen Umgang sowie Lösungsstrategien für das Kind und die Gruppe im Kindergartenkontext entwickeln zu können.

Referentin: Alexandra Albert (Mental- und Gesundheitstrainerin)

Kosten: 50 EUR

10.) **Montag 19. Oktober 2020 von 9:00 Uhr bis Freitag 23. Oktober 2020 um 17:00Uhr:**

DLRG Kleinkinderschwimmen-Kompaktlehrgang

Erwerb von Handlungskompetenz in der Kleinkind-Schwimm-Ausbildung, Erwerb und/oder Verlängerung der KKS-Lizenz, Erweiterung des Bewegungsangebotes in der Kita.

Referentin u.a.: Anja Geisel (DLRG Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.)

Anmeldungen zu diesem Lehrgang bitte direkt an die DLRG Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.!

11.) **Oktober bis Dezember 2020,**

Vertiefung Zusatzqualifikation "Bewegungsspiele"

in Kooperation mit und für Schüler/Innen der Erzieherinnenschule BBS-EHS Trier.

Referent: Jojo Burgard (Diplomsporthelehrer; Ausbildungsreferent Freizeit- und Breitensport)

AKTIONEN/WORKSHOPS DIREKT IN IHRER EINRICHTUNG:

12.) Ganzjährig Termine nach Vereinbarung:

„Vom Laufrad- zum Radfahren“

Buchen Sie für Ihre Kita unsere mobile Laufradschule u.a. mit 30 Laufrädchen und 40

Kinderhelmen für einen Laufradaktionsvormittag in Ihrer Einrichtung!

Laufräder sind die idealen Gefährte, um Kinder aufs Fahrradfahren vorzubereiten. Sie vermitteln ganz von selbst und im Tempo des Kindes die Fähigkeit, das Gleichgewicht auf zwei Rädern zu halten. Der Übergang aufs richtige Fahrrad ist anschließend nur noch ein Klacks. Kinder, die Dreirad und Laufrad gefahren sind, setzen sich in der Regel irgendwann aufs Rad und beherrschen die Technik von Anfang an fast mühelos. Sie lernen mit dem Dreirad das Lenken und Treten, mit dem Laufrad den sicheren Umgang mit zwei Rädern. Für viele Kinder beginnt die Laufradphase mit zweieinhalb bis drei Jahren, gerade das richtige Alter also, um vor dem Radfahren kräftig den Gleichgewichtssinn zu trainieren.

Sobald die motorischen Fähigkeiten ausgereift sind und das Kind selbst den Wunsch zum Üben entwickelt, steht den ersten Metern auf dem Zweirad nichts mehr im Wege. Wie in allen anderen Bereichen gilt auch hier, dass jedes Kind sein individuelles Entwicklungstempo hat. Manche ehrgeizigen kleinen Radler können schon zur Schuleinführung selbstständig fahren. Die meisten lernen es allerdings erst während der vier Grundschuljahre. Ausschlaggebend für den Erfolg beim Fahrrad fahren lernen sind die motorischen Fähigkeiten und das Körpergefühl des Kindes.

Als gute Vorbereitung zum Radfahren lernen dienen Laufrad und Roller, da beide den Gleichgewichtssinn, die Reaktionsfähigkeit und die Körperbeherrschung trainieren. Sobald das Kind auf einem oder auf beiden der Gefährte sicher unterwegs ist, hat es gute motorische Voraussetzungen zum Fahrrad fahren. Um den sicheren Umgang mit dem Laufrad immer wieder einzuüben haben wir im Rahmen unserer Arbeit in der KiBA Rheinland-Pfalz einen Laufrad-Parcour entwickelt, den man später auch genauso zum Radfahren lernen umfunktionieren kann. Wichtige Elemente hierbei sind: Gleichgewichtsschulung, Fahren im begrenzten Raum, Losfahren und Bremsen, Kurvenfahren und richtiges Abstellen des Rades.

Referent: Stephan Kolle (Projektleiter KiBA – KinderBewegungsAkademie Rheinland-Pfalz)

13.) Ganzjährig Termine nach Vereinbarung:

"DLRG im Kindergarten" im Trockenen:

Baderegeln spielerisch vermitteln, Bewegungsgeschichte "Ein Tag als Rettungsschwimmer", Ausprobieren von Rettungsgeräten, Riesen-Baderegel-Puzzle, Puppentheater mit Maskottchen Nobby. Besonders geeignet für Vorschulalter oder das Geburtsjahr davor, Zeit: ca. 2,5 Stunden

Referentin: Christine Boesen

14.) Ganzjährig Termine nach Vereinbarung:

"Gehirnintegrationsgymnastik? Was ist denn das?"

Gymnastik für das Gehirn! Ja, das gibt es! Untersuchungen zeigen, dass Menschen bei Stress nur auf eine Hirnhälfte zurückgreifen, ihre dominierende. In diesem Kurs erlernen Kinder auf praktische Art, beide Hirnhälften zu benutzen. Durch einfache, Kind gerechte Bewegungsübungen und das Berühren bestimmter Akkupressurpunkte werden Reizleitungsbahnen im Gehirn aktiviert und die Hirnhälften arbeiten prima zusammen, was sich positiv auf das Lernen, die Motorik, die Konzentration und das Gedächtnis auswirkt! Stress wird abgebaut und zudem macht es den Kleinen und auch den Großen viel Spaß! Den Abschluss bilden Entspannungsübungen mit Hilfe von Klangschalen, wodurch das Erlernte gefestigt wird.

Referentin: Jeanette Thull (Heilpraktikerin, Klangschalenpraktikerin, KLIK-Expertin)
Zeiteinheit: 45 Minuten
Gruppengröße: max. 8 Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren
Kosten: auf Anfrage

15.) Ganzjährig Termine nach Vereinbarung:

"Prima Klima – Umgang mit Wut und Ärger"

Dieses Präventivtraining ist konzipiert für Kinder im Vorschulalter. Ziel ist die Stärkung des sozialen und verträglichen Miteinanders, das Erkennen von Wut und das Umgehen mit Aggressionen. Spielerisch und fantasievoll, anhand einer Drachengeschichte wird das Thema "Was macht mich wütend?" bearbeitet. Die Kinder erlernen unterschiedliche Techniken zum Aggressionsabbau, unter anderem anhand der sogenannten "vier Wuttricks", die in den Kindergartenalltag transferiert werden können. Den Abschluss bilden Entspannungsübungen mit Hilfe von Klangschalen, wodurch das Erlernte gefestigt wird.

Referentin: Jeanette Thull (Heilpraktikerin, Klangschalenpraktikerin, KLIK-Expertin)

Zeiteinheit: 45 min

Gruppengröße: maximal 8 Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahre

Kosten: auf Anfrage

Alle Anmeldungen zu den Veranstaltungen bitte per Email an:
s.kolle@sportakademie.de

Alle Teilnahmegebühren mit Angabe der Lehrgangsnummer sowie des Teilnehmernamens bitte zeitgleich mit der Anmeldung auf folgendes Konto überweisen:

Europäische Sportakademie Trier
IBAN: DE54 5855 0130 0000 7174 96
Sparkasse Trier