

## Titel

Thema:	Yoga und Achtsamkeit in den Klassen 1-3   Präsenz
Veranstaltungsnummer:	2410A9301

## Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	<p>Durch Yoga werden das Körper- und Selbstbewusstsein und die sozialen Fähigkeiten und Kompetenzen gefördert, darüber hinaus schult es den achtsamen Umgang mit sich und den eigenen Grenzen.</p> <p>Dieser Workshop richtet sich an alle, die Kinder mit Yoga und Achtsamkeit vertraut machen, gestalten, erleben und unterrichten wollen. Dabei werden wir uns mit geeigneten Herangehensweisen für kreativ-konzentrierte und spannend-entspannende Yoga-Stunden für Klasse 1-3 beschäftigen und unterschiedliche Stundenmodelle kennenlernen. Viele Hilfen und Tipps bei der Auswahl von ansprechender Musik, Literatur sowie Übungen zur Entspannung und Stille und Fantasiereisen werden dem Skript beigelegt.</p> <p>Bitte bewegungsbequeme Kleidung und eine Yogamatte / Isomatte / Gymnastikmatte mitbringen.</p>
Schwerpunkte/Rubrik:	Sonstige

## Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Sport
Zielgruppen:	- Alle Lehrkräfte
Schularten:	- keine primäre Schulstufe - Sekundarstufe I - Grundschule
Veranstaltungsart:	Seminar
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Katrin Gruner, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Dozenten:	Antje Kiehn, Berufliche Schule für Logistik, Schifffahrt und Touristik (BS 09) Standort Bei der Hauptfeuerwache 1

## Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	Dies ist eine Veranstaltung, die als Modul für das im Frühjahr 2024 neu beginnende Qualifizierungsangebot "Achtsamkeitsschulung und Stressprophylaxe" angerechnet werden kann. Deshalb werden die Plätze zunächst an die Teilnehmenden der Qualifizierung vergeben.
-------------------------------	---

## Anbieter

---

Anbietername:	Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Anbieteranschrift:	Felix-Dahn-Straße 3 und Weidenstieg 29, 20357 Hamburg
E-Mail-Adresse:	tis@li-hamburg.de

## Termin

---

Termin:	07.09.2024 10:00 bis 13:00 Uhr
Dauer:	3 Zeitstunden
Anmeldeschluss:	07.09.2024