

Titel

Thema:	Yoga und Achtsamkeit in den Klassen 1-3 Präsenz
Veranstaltungsnummer:	2510A9101

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>Dieses Seminar 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 Yoga-, Iso- oder 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:	Björn Böhling, 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 Qualifizierungsangebot "Achtsamkeitsschulung und Stressprophylaxe" angerechnet werden kann. Deshalb werden die Plätze zunächst vorrangig an Teilnehmende 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: 22.02.2025 10:00 bis 13:00 Uhr

Dauer: 3 Zeitstunden

Anmeldeschluss: 22.02.2025

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort: Landesinstitut Hamburg, Felix-Dahn-Straße 3 und/oder Weidenstieg 29, 20357 Hamburg