

## Titel

Thema:	Yoga in den Klassen 4 bis 6
Veranstaltungsnummer:	2210A9401

## Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	Anfangen mit kleinen Momenten im Schulalltag bis hin zu ganzen Unterrichtseinheiten wird an folgenden Themen vorgestellt, wie man Entspannung, Achtsamkeit und Bewegung in die Schule integrieren kann: <ul style="list-style-type: none"><li>– Atemtechniken für Kinder</li><li>– Fantasiereisen und Meditationen</li><li>– Body-Scan</li><li>– Ideen für die Durchführung von kleinen Yogasequenzen als Stundenbeginn, von ganzen Yogastunden oder Unterrichtseinheiten</li><li>– Spiele zur Förderung von Achtsamkeit</li></ul>
Schwerpunkte/Rubrik:	Sonstige

## Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Sport
Zielgruppen:	- Alle Lehrkräfte
Schularten:	- keine primäre Schulstufe - Sekundarstufe I - Grundschule
Veranstaltungsart:	Seminar
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Regina Haß, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Dozenten:	Kirsten Hellmich, Rudolf-Roß-Grundschule

## Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	Diese Veranstaltung ist Teil der Qualifizierung „Anspannen - entspannen: Achtsamkeitsschulung und Stressprophylaxe“, deren Teilnehmende vorrangig berücksichtigt werden.“
-------------------------------	---

## 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: 26.11.2022 10:00 bis 13:00 Uhr

Dauer: 3 Zeitstunden

Anmeldeschluss: 25.11.2022

#### Veranstaltungsort

---

Veranstaltungsort: Landesinstitut Hamburg - Isestraße, Isestraße 144-146, 20149 Hamburg