

Kita-Seminare
Gesundheit & Selbstfürsorge

Fachkraft für kindgerechte Entspannung

Zertifizierte Weiterbildung als 'Kursleiter:in Entspannung für Kinder'

Mi, 05.11.2025, 10:00 Uhr - Di, 24.02.2026, 15:00 Uhr

Belegungscode: 48017

Kinder haben andere Bedürfnisse als Erwachsene um zu entspannen. Je nach Alter und Entwicklungsstand der Kinder sind differenzierte Methoden und Ansätze hilfreich. In dieser Ausbildung lernst du kindgerechte Entspannung passgenau anzuleiten und gezielt einzusetzen.

Das Ziel der Weiterbildung

Entspannte Kinder haben die Möglichkeit, mit ihren Kräften und Ideen wahre Berge zu versetzen. Auch das Lernen fällt entspannten Kindern leichter. Diese Ausbildung für kindgerechte Entspannung liefert die Werkzeuge und Methodik für Entspannungsangebote mit Kindern. Lerne verschiedene Entspannungsmethoden kennen und anzuleiten, um sowohl Entspannungskurse als auch ‚Entspannungsminis für Zwischendurch‘ anzubieten. Bereichere mit Entspannungsphasen den Tagesablauf der dir anvertrauten Kinder und ver helfe ihnen zu ruhigen Momenten, um sich selbst wahrzunehmen und im turbulenten Alltag Atem zu holen.

Zielgruppe:

Eine Fortbildung für alle, die gerne mit Kindern arbeiten oder sich dem Thema "Entspannung" in Kindertagesstätten oder Schulen widmen wollen. Sichere dir so ein neues Wirkungsfeld mit einem weiten Entwicklungspotential! Biete Entspannungsmethoden kombiniert mit spielerischen Prozessen und kreativen Übungen in Kindertagesstätten, Schulen oder Bildungsstätten an. Oder nutze deine neuen Kompetenzen für die Arbeit mit Ihren Schützlingen.

Modul 1

- Grundlagen kindgemäßer Entspannung
- Didaktik und Methodik der Kindgemäßen Entspannung
- Wahrnehmung
- Entspannungsminis
- Massage mit Material

Modul 2

- Bewegungsminis
- Kinesiologie
- Entspannungsrätsel
- Phantasiereisen
- Massagegeschichten

Modul 3

- Atmung
- Autogenes Training
- Raumgestaltung
- Aufbau einer Entspannungsstunde

Modul 4

- PMR
- Klangschalen
- Kinderyoga
- Ruheinseln für Erzieher:innen
- Planung eines detaillierten Kurskonzeptes

Termine / Module:

- 05.11. - 06.11.2025
- 08.12. - 09.12.2025
- 15.01. - 16.01.2026
- 23.02. - 24.02.2026

Material:

- warme Socken - kleines Kissen und Wolldecke - Yoga-Matte

Seminarleitung / Dozentinnen bzw. Dozenten:

Britta Bartoldus

Dipl.-Sportwissenschaftlerin, Präventionstrainerin, Entspannungspädagogin, Fachkraft für Psychomotorik, Ernährungsberaterin



Teilnahmebeitrag

1.145,00€ für das Seminar inkl. Tagungsverpflegung.

1.375,00€ für das Seminar inkl. Vollpension und Übernachtung im Doppelzimmer Komfort.

1.455,00€ für das Seminar inkl. Vollpension und Übernachtung im Einzelzimmer Komfort.

Für diese Fortbildung kann Bildungsurlaub NRW beantragt werden.

[Jetzt anmelden](#)
