

Kita-Seminare
Gesundheit & Selbstfürsorge

Ruhe tut gut

Entspannung in der Kindertageseinrichtung

Di, 02.11., 10:00 Uhr - Mi, 03.11.2021, 15:00 Uhr

Belegungscode: 38822

Modul 3 der Zertifikatsreihe: "Gesund von Anfang an - gelungene Gesundheitsförderung im Kita Alltag" - Belegungscode 38819

(Das Modul kann auch einzeln gebucht werden!)

Kindergartenkinder sind ständig in Bewegung. Neugierig und mit großem Tatendrang erkunden sie ihre Umwelt, sie wollen alles ausprobieren, die eigenen Möglichkeiten und Grenzen entdecken. Gleichzeitig besteht das Bedürfnis nach regelmäßigen Auszeiten, um abzuschalten und all die neuen Eindrücke zu verarbeiten.

Entspannung tut Kindern gut. Damit es auch die kleinen Wirbelwinde schaffen, zur Ruhe zu kommen, gilt es einige Prinzipien zu beachten. Diese wollen wir im Seminar gemeinsam erarbeiten.

Entspannte Kinder können mit ihren Kräften und Ideen wahre Berge versetzen. Auch das Lernen fällt entspannten Kindern leichter. Diese Fortbildung liefert Ihnen Werkzeuge und Methoden für Entspannungsangebote in Ihrer Einrichtung. Sie wissen um die Methodik der kindgemäßen Entspannung und können situationsorientierte Erlebnisse schaffen.

Inhalte

- Didaktik und Methodik von Entspannungseinheiten für Kinder
- Die Kita als Oase der Ruhe und Entspannung
- Altersangepasste Entspannungsmethoden für Kinder von 2 bis 6 Jahren

Zielgruppe

Erzieher:innen, Mitarbeiter:innen aus Familienzentren und andere (sozial-) pädagogische Fachkräfte, die sich für qualitätsorientierte Konzeptentwicklung im Bereich Gesundheitsförderung in ihren Einrichtungen einsetzen

Alle Termine und Themen der Zertifikatsreihe "Gesund von Anfang an - gelungene Gesundheitsförderung im Kita Alltag":

Modul 1: 05.-06.05.2021: Komm, beweg dich! - Bewegung in der Kindertageseinrichtung

Modul 2: 31.05.-01.06.2021: Gesund und lecker - Essen und Trinken in Kindertageseinrichtungen

Modul 3: 02.-03.11.2021: Ruhe tut gut - Entspannung in der Kindertageseinrichtung

Material:

Eine Isomatte, eine Decke, ein Kissen, warme Socken und bequeme Kleidung

Seminarleitung / Dozentinnen bzw. Dozenten:

Britta Bartoldus

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



Teilnahmebeitrag

220,00€ für das Seminar inkl. Tagungsverpflegung.

280,00€ für das Seminar inkl. Vollpension und Übernachtung im Doppelzimmer Komfort.

295,00€ für das Seminar inkl. Vollpension und Übernachtung im Einzelzimmer Komfort.

Für diese Fortbildung können Sie einen [Bildungsscheck](#) beantragen.

[Jetzt auf Warteliste anmelden](#)
