

„Mensch ärgere dich nicht - in der Entspannung liegt die Kraft - Entspannung kindgerecht anbieten -

Dieses Seminar wendet sich an ErzieherInnen, die kindgerechte Entspannung in ihr Programm mit aufnehmen wollen.

Viele Situationen erzeugen bei Kindern Stress. Sei es ein Streit der Eltern, die Geburt eines Geschwisters, der Verlust eines Spielgefährten und vieles mehr. Aufgrund ihres hohen Bewegungsspensums und ihrer spielerischen Auseinandersetzung mit Konflikten und Problemen gelingt ihnen die Stressverarbeitung zum Teil noch beiläufig. Jedoch sind längst nicht alle Kinder dazu in der Lage. 2/3 reagieren im Verlauf ihrer Kindheit mit Verhaltens- und psychosomatischen Störungen.

Hier können Entspannungsübungen unter anderem zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit, einem größeren Selbstvertrauen, zur Verbesserung der Konzentration und einem Abbau von Ängsten führen.

Dieses Seminar vermittelt Ihnen in Theorie und Praxis die grundlegenden Schritte zur Durchführung von Entspannungsübungen im Elementarbereich.

Referent/in:	Jeannett Matheja
Termin/e:	09.02.2012
Zeit/en:	09.00 - 16.30 Uhr
Kosten:	85,00 €
Min. - Max. TN-Zahl:	7 - 10 TeilnehmerInnen