

Kinderyoga

Yogalehrerweiterbildung (40 Std / 53 UE)

Das Abenteuer Selbst erleben.

Gemeinsam die verschiedenen Aspekte des Kinderyooga kennenlernen und Einsichten und praktische Erkenntnisse Unterrichtender teilen. Yoga dorthin bringen wo es Spaß macht – und besonders viel nutzt: Gerade Kinder lieben natürliche Form von Bewegung – und sind (gerne) gegenwärtig und authentisch. Dies auf konstruktive Weise fördern – im großen Kontext Leben und Sinn, dabei Deine Einzigartigkeit als YogalehrerIn unterstreichen und Deinen Unterrichtsstil erweitern.

In eigener Praxis das eigene, innere Kind erlebbar: In die Sphäre von Stille, Wonne, Sinn und Herzensdienst, in die Herausforderung, wirklich zu *Sein*, gemäß dem Motto: Ich bin immer artig – teils eigenartig, manchmal unartig, aber immer einzigartig!

Denn Kinderyoga entfaltet zunehmend

- ▶ Beliebtheit (in Regelschulunterricht, Ganztagesbereich, KiGa, Projektgruppen, Vereinen, Yogazentren, Heilpraktiker-, Ergo- oder Physiotherapiepraxen)
- ▶ Positive gesundheitliche Wirkungen (auch in der Familie bzw. dem sozialen Umfeld)
- ▶ Ganzheitliches, individuelles & spielerisches auf allen Ebenen, z.B. durch
- ▶ Körper- und Sinneswahrnehmung, Umgang mit Emotionen, Selbstwert, Konzentration, Kreativität, Koordination, Reaktion, Kraft und Flexibilität in Körper und Geist, Raum und Zeit.

Was diese Weiterbildung deshalb konkret für Dich beinhaltet:

- ▶ Kinderyoga im Kontext des traditionellen Yoga: Ashtanga, Dao und Typen
- ▶ Gruppendidaktik und -dynamik in Kindergruppen
- ▶ Unterschied Kinder- / Erwachsenenyooga (Stimmungang, Körpersprache, Regeln, „müssen“ vs. „dürfen“, Ziel und Leistung, Augenhöhe)
- ▶ Unterschiede in den Altersgruppen und in altersgemischten Gruppen
- ▶ Wie, was und warum Kinder wahrnehmen und spiegeln (und darin willkommen sind)
- ▶ Bestandteile und Aufbau einer Kinderyogastunde; flexible Unterrichtsplanung; Stundenreihen zu Themen und Geschichten sowie Beispielstunden
- ▶ Material und zusätzliche Elemente dessen bewusster Einsatz (Klang, singen, basteln, malen, ...)
- ▶ Werbung und Positionierung als KinderyogalehrerIn
- ▶ Verhaltensorigielle Kinder
- ▶ Yoga mit Jugendlichen: Generation 12+
- ▶ Eltern-Kind-Workshops gestalten: Freude Freude und gestärkte Bindung durch gemeinsames Tun.
- ▶ Literaturtipps sowie verschiedene, aufeinander abgestimmte Stundenbilder, und ausgewiesene Weiterbildungsaufbaukurse
- ▶ Raum für individuelle Fragen, Antworten, Ergänzungen und Anregungen, auch von anderen Erfahrenen/Mitteilnehmenden